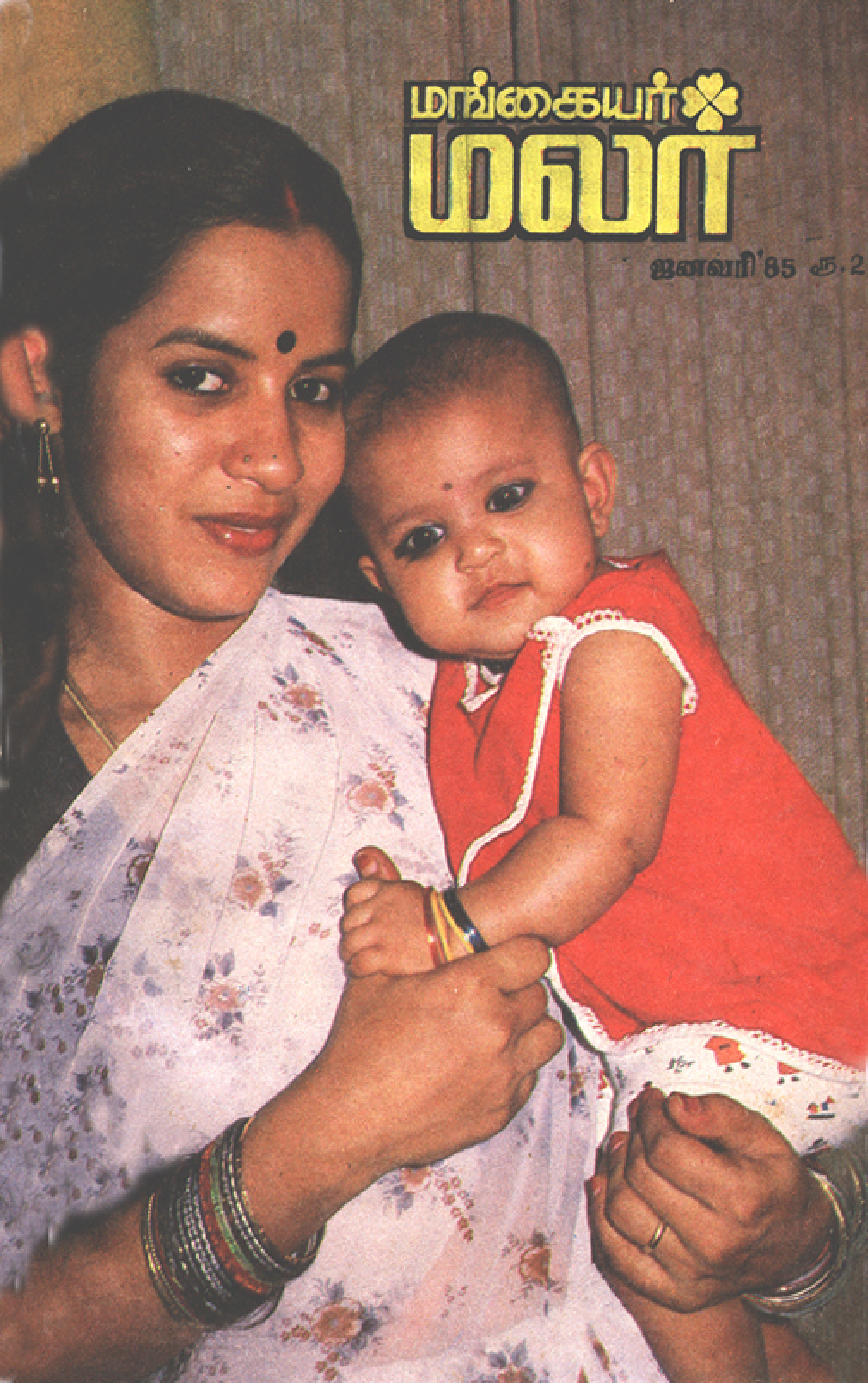
மங்கையர் மலர்

ஜனவரி '85 ரூ.2




Cadbury's
Drinking Chocolate
500g Net
குளிரை சுகமாக்கிட இதமான வழிகள்—
காட்பரிஸ் டிரிங்கிங் சாக்கலேட்
சாக்கலேட்
சிஸில்
ஒரு கப் சூடான பாலிலே 3 தேக்கரண்டி அளவு காட்பரிஸ் டிரிங்கிங் சாக்கலேட் கலக்கவும். நன்றாகக் கலக்கியபின் பருகுவதற்கு வழங்கவும். அதுதான் சூடான சாக்கலேட் சிஸில்—குளிரை கண்பறக்கும் குதூகலச் சுவை.
சாக்கலேட்
ஸ்விர்ல்
3 தேக்கரண்டி அளவு காட்பரிஸ் டிரிங்கிங் சாக்கலேட்டை, சூடான பாலில் நன்றாகக் கலக்கவும். அதன்மீது நல்ல தேனையும் சேர்த்திட்டால் இனிமையான சாக்கலேட் ஸ்விர்ல் தயார். பனி காலத்திற்கு கனிவான வரவேற்பு.
சாக்கலேட்
நட்டி
மூன்று தேக்கரண்டி அளவு காட்பரிஸ் டிரிங்கிங் சாக்கலேட்டை ஒரு கோப்பை சூடான பாலில் கலக்கவும். முந்திரி, பாதாம் பருப்புகளை துண்டுகளாக்கி, அதன்மீது தூவவும். ஆகா! அபாரமான சாக்கலேட் நட்டி தயார். இல்லத்திற்கு உங்களை இனிதாக இழுத்திடும் சூடான சுவை.
சாக்கலேட்
ஸ்பைஸ்
மூன்று தேக்கரண்டி அளவு டிரிங்கிங் சாக்கலேட்டை ஒரு குவளை சூடான பாலில் கலக்கவும். அத்துடன் ஏலக்காய், ஜாதிக்காய், லவங்கப் பட்டை இவைகளைப் பொடி செய்து சேர்க்கவும். நாவில் நீரூறும் சாக்கலேட் ஸ்பைஸ் தயார். குளிரையும் சூடாக்கிடும் நெஞ்சுக்கினிய பானம்.
காட்பரிஸ் டிரிங்கிங் சாக்கலேட் 200 கிராம் டின்னிலும் கிடைக்கிறது.



ஒலிம்பிக் விளையாட்டு பயிற்சி அளிக்கும் ஜிம் ஓ' டோஹர்த்தி கூறுகிறார்:

"காம்ப்ளான் ஒண்ணுதான் வலுவையும் தெம்பையும் உருவாக்குகிறது."

ஒலிம்பிக் வீரர் ஜிம்ஓ'டோஹர்த்தி, இந்தியா உள்பட உலகம் முழுவதிலுமுள்ள இளம் விளையாட்டு வீரர்களுக்கு கடினமான போட்டிகளுக்காக பயிற்சி அளித்துள்ளார். 'பிறக்கும்போதே சாம்பியன்களாக பிறப்பதில்லை அவர்கள் உருவாக்கப்படுகிறார்கள்'. என்பதை அவர் நம்புகிறார். ஒருவரை வெற்றியாளராக்குவது கட்டுப்பாடான சக்தி—மற்றும் உடல் சக்தி.

"நீச்சல் வீரர்கள், ஓட்டம் மற்றும் களவிளையாட்டு வீரர்கள். குறிப்பாக வளரும் குழந்தைகளுக்கு இதை சிபாரிசு செய்கிறேன்" என்கிறார் ஜிம் ஓ,டோஹர்த்தி. ஒரு பரிபூரண உணவாகும் காம்பளான்—எளிதில் ஜீரணிக்கவல்லது. தெம்பு அபிவிருத்தி செய்யும் ஆரோக்கிய வளர்ச்சிக்கான 23 மூலதார ஊட்டச்சத்துக்களுடன் கூடியது."

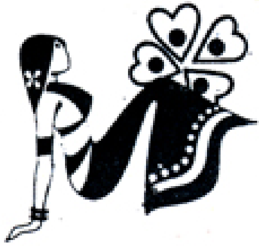
ஜிம் ஓ' டோஹர்த்தி கூறுவதை எடுத்துக் கொள்ளுங்கள். ஆரோக்கியமான முழுமையான வளர்ச்சிக்கு உங்கள் குழந்தைக்கு அன்றாடம் வழங்குங்கள் காம்ப்ளான். குழந்தைகள் விரும்பிடும் இனிய சுவைகளில் கிடைக்கிறது காம்ப்ளான்.



காம்ப்ளான்®

-திட்டமிட்ட பரிபூரண உணவு

GLC.9-2012 TAM



ரூ 2000 மதிப்புள்ள

வெள்ளிச் சாமான்கள் பரிசு!

போட்டி! போட்டி!! போட்டி!!!

'வெற்றிகரமான வாழ்க்கையின் இரகசியம்!'

ஒரு சிறந்த இல்லத்தரசி வெற்றிகரமாக வாழ்க்கையை நடத்த எத்தனையோ பண்புகள் தேவையாக இருக்கலாம்.

நீங்கள் வெற்றிகரமான இல்லத்தரசியா? உங்கள் வாழ்க்கையின் வெற்றி இரகசியத்தை எங்களுடன் பகிர்ந்து கொள்ளுங்களேன்.

நீங்கள் பார்த்து வியந்தவரின் வாழ்க்கை-யாகவும் இருக்கலாம்.

முதல் பரிசு	: ரூ 1000/-	மதிப்புள்ள வெள்ளிச் சாமான்கள்.
இரண்டாம் பரிசு	: ரூ 700/-	
மூன்றாம் பரிசு	: ரூ 300/-	

கட்டுரைகள் வந்து சேரவேண்டிய கடைசி தேதி : 15·1·1985

இனி வேதனைகள் மட்டும்



வழக்கமான வேலைகள், புதிய கடமைகள், இனிய பொழுதுகள், என நாட்கள் ஓடிக் கொண்டிருந்தாலும் மனதின் ஒரு மூலையில் சதா ஒரு சோகம் 'முணுக்' 'முணுக்'கென்ற வலி, பிழிந்தெடுக்கிறாற் போல-ஒரு வேதனை—

இந்த நேரம் 'அந்த' நாட்டில் ஆயிரக் கணக்கான மனிதர்கள் சித்திரவதைப் பட்டுக் கொண்டிருப்பார்கள்!

போபாலில் கண்ணும் நெஞ்சும் எரிந்து போன வேதனை முனகல்களாக ஆஸ்பத்திரி நிறைந்திருக்குமே!

எதியோப்பியாவில் நிவாரணமாக வந்த பாலை விழுங்கக் கூட சக்தியில்லாமல் குழந்தைகள் இறக்கின்றனவாமே!

உலகமெங்குமே அமைதி குலைந்து விட்டதோ என்று பயமாக இருக்கிறது. மனிதனுக்கு மனிதன் காண்பிக்க வேண்டிய காருண்யத்தையும், அன்பையும் எங்கேயோ தொலைத்து விட்டு இந்த உலகக் குழந்தை அழுது கொண்டு இருக்கிறது.

செய்தித் தாள்களைப் புரட்டும் போதும், முக்கியமான மனிதர்களைப் பார்க்கும் போது கேள்விப்படுகின்ற செய்திகளும் நெஞ்சை வாள்கொண்டு அறுப்பது போல இருக்கிறது.

அன்பையே நாடி, அன்பிற்காகவே வாழ்ந்து இந்தப் புண்ணிய பூமியில் நடமாடிய மக்கள் எத்தனை பேர்!

கருணைக் கோதண்டமேந்தி காருண்ய மூர்த்தியான ஸ்ரீராமனிலிருந்து, அஹிம்சை எனும் புதிய ஆயுதமேந்திய காந்தி மகாத்மா வரை அவதரித்த இந்த நாட்டிலேயே மனிதத்துவம் அழிந்து கொண்டு வருகிறது என்றால், மற்றவர்களைப் பற்றி என்ன சொல்வது?

''அந்தக் காட்சிய பார்க்கறப்ப என்னால அழுகைய அடக்க முடியல. பலமான கட்டை மட்டுமல்ல, அங்கங்க ஆணி அடிச்சிருக்கிற கட்டை! அதாலயே அந்த வயதான தமிழரை ஓட ஓட அடிச்சாங்க. 'நச்' 'நச்'. ஒவ்வொரு ஆணியும் அழுந்தறப்ப... 'ஷ்க்...' என் 'அழுகை'ச் சத்தம் வெளியே கேட்டா எனக்கு ஆபத்துன்னு வாயைப் பொத்தி உள்ளே இழுத்துட்டாங்க...''

தமிழர் ' என்றில்லை, இவரை அவர் கொல்லுவதும், அவரை இவர் வெடி வைத்துத் தகர்ப்பதுமாக ஒரு காட்டு ராஜ்யம்....

பஞ்சமும் பசியும் பட்டினியுமாக, இனி மூச்சு விடவும் சக்தியில்லை என போட்டது போட்டபடிக் கிடக்கும் லட்சக்கணக்கான குழந்தைகள் ஒரு பக்கம்.

'இதோ பார்த்தீர்களா, எங்கள் நாட்டில் போட்ட ரசாயன குண்டால் பாதிக்கப்பட்ட படங்கள்' எனக் கலர் கலராக ஈரான், ஈராக் அரசாங்கங்களே அனுப்பும் கோரமான படங்கள்....

அதிலே...

உடலெல்லாம் கொப்புளம் கொப்புளமாகச் சிலர்...

முகம், முகம்தானா எனத் தெரியாமல் சிலர்... கை போய், கால் போய்...

வேண்டாம். மொத்தத்தில் மனித நேயம் மங்கிக் கொண்டு வருகிறது. அவ்வளவு

தான் சொல்ல முடியும்.

நாட்டிலிருந்து வீடு வரை இதே கதை தான். சாதாரண மக்களின் வாழ்வில் விலைவாசி ஏற்றமும், வேலைப் பளுவும், வேலை கிடைக்காத, திருமணமாகாத இன்னும் எத்தனையோ 'டென்ஷன்'களுமாக... வீடுகளும் குருக்ஷேத்திரங்களாகத்தான் ஆகிக் கொண்டிருக்கின்றன

இதன் நடுவிலே ஒரு நம்பிக்கை ஒளிக் கீற்றாகப் 'புத்தாண்டு' பிறந்திருக்கிறது.

உலகின் பாவங்களும், அழுக்குகளும், கண்ணியக் குறைவுகளும் இல்லாமல் பிறந்த குழந்தை எத்தனை பரிசுத்தமாக விளங்குமோ அத்தனை பரிசுத்தத்துடன் பிறந்திருக்கிறது.

இந்த ஆண்டிலாவது நமக்கு விடிவு மோட்சம் உண்டா?

'எதிராளியை அழிப்பது எனப் புறப்படும் போது தன் அழிவும் அதிலுள்ளது' என்பதைப் புரிந்து கொள்ளுமா இந்த உலகம்?

'வெற்றி கொள்வது என்பது போர்க் களத்தில் இல்லை; அது தற்காலிகமே. நிரந்தர வெற்றி அன்புக் களத்தில் தான் மலரும்' என்பதை தேசங்கள் தெரிந்து கொள்ளுமா?

'நமக்குக் கிடைத்த வாழ்க்கை மிகச் சிறியது. இந்த மாபெரும் அண்டத்தின் பிரம்மாண்டத்தின் முன் மிகமிக அல்பமானது. வாழும் காலத்தைப் புன்னகையாக்குவோம். போகும் போது எடுத்துச் செல்லப் போவது எதை? பழியையா? 'இறந்தானே' என்று வருந்தி விடும் கண்ணீரையா?'

என மனிதர்கள் சிந்திக்கத் துவங்குவார்களோ?...

புதிய உலகம் பிறப்பது நம் கையில் தான் இருக்கிறது. நம் கையில் கிடைத்துள்ள அழகான செல்வங்களுக்கு அன்பைப் போதிப்போம், பண்பைப் போதிப்போம்.

இளவயதில்தான் பண்பு சிறக்கிறது.

இறுதியில் வெல்வது அன்புதான்.

இணக்கத்தில் தான் மனித வாழ்க்கையே மலருகிறது.

என்பதைச் சொல்லிக் கொடுப்போம். வரும் சந்ததியாவது வெறுப்பில் பூக்காது, அன்பில் மலரட்டும். புத்தாண்டுச் சபதமாக 'அன்பு செய்வோம்' என்பதை எடுத்துக் கொள்ளலாமே!

-மஞ்சுளா ரமேஷ்

இம்மாத இல்லத்தரசி போட்டி

பொருள்: புடலங்காய். கடைசிதேதி: 15-2-85

சமையல் கூப்பன்

.... என்ற தலைப்பில் சமையல் குறிப்பை இத்துடன் அனுப்பியுள்ளேன். இச் சமையல் குறிப்பு இதுவரை எந்தப் பத்திரிகையிலும், எந்தப் புத்தகத்திலும் வெளியானதல்ல என்று உறுதி கூறுகிறேன்.

கையொப்பம்

பாத்திரங்கள் பளபளக்க

டிப்ஸ்

கிளீனிங் பவுடர்

துணிகளின்
தூய வெண்மைக்கு

டிப்ஸ்

வாஷிங் பவுடர்

நேர்மையான பவுடர்களை தயாரித்து அளிப்பவர்கள்



M/s. ASWINI CHEMICALS

Factory : 13-A, East Street,

Office : 88, East Street, SALEM-636 007

Phone : 68139

தமிழகமெங்கும் எல்லாக் கடைகளிலும் கிடைக்கும்

AGENTS WANTED FOR SRILANKA ALSO

தாய்மார்கள் கவனிக்க

முந்தானியை தொங்கவிட்டு நடக்கக் கூடாது. இழுத்துச் செருக வேண்டும். முந்தானி ஆடினால் குடும்பமும் ஆடிப் போகும். கோயிலில் ஸ்வாமி கும்பிடும்போது பின்னங்கால்கள் இரண்டையும் பின்னிக் கொண்டு, முன் நெற்றி தரையில் படுமாறு கும்பிட வேண்டும். கோயிலில் தீர்த்தம் வாங்கும்போது இடக்கைக்கும் வலக்கைக்கும் நடுவில் முந்தானியை நுனியை வைத்து தீர்த்தம் வாங்க வேண்டும். சுமங்கலிப் பெண்கள் குளிக்கும்போது சிறிது மஞ்சள் உரைத்து முகத்தில் பூசிக் கொண்டுதான் ஸ்நானம் செய்ய வேண்டும். குத்துவிளக்கு ஏற்றும்போது ஒரு திரி மட்டும் போடக் கூடாது. இரண்டு திரி ஒரு முகம் ஏற்ற வேண்டும். காலையில் வாசலுக்கு சாணி தெளிக்கும்போது பழைய சாணியாக இருந்தாலும் பரவாயில்லை. தண்ணீர் மட்டும் புதிதாக எடுத்துச் சேர்த்து தெளிக்க வேண்டும். (ஸப்தகிரி)

இவை தவிர எங்களது ருசியான **இனிப்புகளை** *சுவைத்து இன்புறுங்கள்.*

இனிப்புகள் : பாதாம் அல்வா, கோதுமை அல்வா, குலாப் ஜாமூன், மைசூர்பாகு, மாலாடு, ஜாங்கிரி, தூத்பேடா, முந்திரிகதலி, தேங்காய் போளி, சொஜ்ஜி அப்பம், பொரி விளங்காய் உருண்டை, காசி அல்வா முதலியன.

காரம் : மிளகு வடை, முத்துச்சரம், தேன்குழல், காராசேவ், கைமுறுக்கு, சீடை, தட்டை, சோமாஸ், சாம்பார் பொடி, ரஸப் பொடி, பருப்புப் பொடி, இட்லி பொடி முதலியன.

திருமண வைபவங்களுக்கு: சீர்முறுக்கு, பருப்பு தேங்காய், அதிரசம், திரட்டுப்பால், காப்பரிசி, வறுபயறு ஆகியவற்றை தயாரித்து தருகிறோம்.

தி கிராண்ட் ஸ்வீட்ஸ் அண்டு ஸ்நாக்ஸ்

24, 2வது மெயின் ரோடு, காந்தி நகர், அடையாறு, சென்னை-600 020

போன் : 412557

காமதேனு கூட்டுறவு சிறப்பங்காடி, தேனாம்பேட்டை, சென்னை

இளம் பெண்களின் பிரச்னை 'பரு'தான் அதற்கு வழி -



"எவ்வளவு அழகான முகம். சந்திர பிம்பம் மாதிரி" — இப்படி எல்லோரும் நம் முகத்தைப் பார்த்து வியக்க வேண்டும் என்று ஆசைப்படுகிறோம்.

ஆனால், நிறைய பேருடைய "சந்திர"னுக்கு, பன்னிரண்டு, பதின்மூன்று வயது ஆகும் போதே கிரகணம் பிடித்து விடுகிறது.

முகத்தில் சிறு சிறு கொப்புளங்கள் கிளம்புகின்றன. கன்னத்திடம் தான் இந்தக் கொப்புளங்களுக்குக் 'காதல்' அதிகம்.

எப்படி ஒழிப்பது இந்தச் சனியனை?

அங்கே அவை வெடித்து, பழுத்து, பிறகு உடைந்து, கடைசியில் வந்துவிட்டுப் போனதற்கு அடையாளமாகச் சிறு சிறு குழிகளையும் நீராத சுவடாக வேறு விட்டுவிட்டுச் செல்கின்றன: இதனால் நம் முகத்தின் அழகே கெட்டுப் போய் விடுகிறது: ஏன், சிலர் விஷயத்தில் முகம் நசுங்கின பாத்திரம் மாதிரி, விகாரமாகவே கூட ஆகிவிடுகிறது.

இதைத்தான் முகப்பரு என்கிறோம்.

பருவ வயதில் பெண்களுக்குத் தோன்றுகிற மிகப் பெரிய கொடிய விரோதி இந்த முகப்பரு. இந்தச் சனியனை ஒழிக்க வேண்டுமானால் இது எப்படித் தோன்றுகிறது என்பதை முதலில் தெரிந்து கொள்ள வேண்டும்.

நம் தோலில் உள்ள எண்ணெய் நாளத்தில் அழுக்கு அடைத்துக் கொள்வது தான் இந்தத் தொல்லையின் ஆரம்பம்.

நம்முடைய ரோமம் இருக்கிறதே, அது போல் ஒரு அபூர்வ உழைப்பாளியை நீங்கள் பார்க்கவே முடியாது. அது ஒரு பக்கம் உடல் ஆரோக்கியத்திற்கு ஓயாது உழைத்துக் கொண்டும், அதே சமயம் தானே வளர்ந்து கொண்டும் இரட்டைச் செயல் புரிந்து வருகிறது.

அது தண்ணீர், உப்பு போன்ற கழிவுகளை வெளியே தள்ளுகிறது; ஒருவித எண்ணெய்ச் சுரப்பித்துத் தோல் மீது சதா பரப்பி அதைப் பராமரிக்கிறது. ஏதாவது செல்கள் மடிந்து விட்டால், அதை வெளியே தள்ளிவிட்டு, அதனடியில் புது அணுக்களைப் பரப்பிக் கொள்கிறது. இப்படி வெளியே தள்ளப்படும் செத்த உயிரணுப் படலம் வெளி வர முடியாமல் எண்ணெய் நாளத்தில் அடைப்பு ஏற்பட்டால், அது விஷமாகி விடுகிறது. அது கிருமியாகி, அந்த இடத்தைக் குடையத் தொடங்கி, அகலமாகவும் ஆக்கி விடுகிறது—இதுவே பரு.

ஆனால் இயற்கை இருக்கிறதே. அது சாதாரண ஆள் அல்ல; ரொம்ப உஷார் பேர் வழி. உடலில் எந்த இடத்திலாவது இப்படித் திறப்பு ஏற்பட்டு அதன் வழியாக 'எதிரி' (கிருமி) நுழைகிறான் என்றால் உடனே அது அந்த எதிரியை எதிர்க்கத் தன் விசுவாசமான போர் வீரர்களை அனுப்பத் தவறுவதே இல்லை—அந்த விசுவாசப் படைதான் உயிரணுக்கள்.

இந்த உயிரணுக்கள் உடனே பருவுக்குள் வந்து சண்டையைத் தொடங்குகின்றன. நம்முடைய நன்மைக்காக வந்து கூடுகிற 'மிலிடரி காம்ப்.' ஆகையால்தான் முகப் பருக்களைக் கிள்ளக் கூடாது என்று பெரியவர்கள் சொல்கிறார்கள். 'பருவைக் கிள்ளாதேடி — நகம் பட்டால் பெரிசாகி விடும்' என்று பாட்டி சொல்கிறாள். நம் கையால் பருவைக் கிள்ளுவது என்பது நம் வீரர்களை நாமே ஒழிப்பதுதான்.

நம் கைபட்டதும் வெள்ளை அணுக்கள் சிதறி ஓட, பருக் கிருமியோ, சற்று தாராளமாக உள்ளே நுழைந்து கொண்டு விடுகிறது. பரு முகமெல்லாம் பரவி விடுகிறது.

அட்டை வண்ணப் படம்:
பி.ஏ.ரமணன்.
படத்தில்: திருமதி. ரதி.

முத்து ஜிமிக்கி
எழுதியவர்
விமலா ரகுநாதன் (பக். 17)

ஒரு முக்கியமான விஷயம்: உடல் தோலில் எண்ணெய்ப்பசை அதிகமாக இருக்கும் போதுதான் பருக்கள் தோன்றுகின்றன.

நம் சருமத்தின் பளபளப்புக்கும், வளர்ச்சிக்கும் உதவவே, தோல் எண்ணெயைச் சுரப்பிக்கிறது. அதை நாம் தடுத்து நிறுத்திவிடக் கூடாது. தடுத்து நிறுத்தினால் சருமம் வறண்டுவிடும்; அழகு மங்கிவிடும்.

ஆனால் அந்த எண்ணெய்ச் சுரப்பு அதிகமாகாமல் பார்த்துக் கொள்ள வேண்டும். சுரக்கும் எண்ணெய், வேர்வை உரோமங்களில் மிகுந்திருக்கும் போது அதில் தூசு படிந்தால் இரண்டும் சேர்ந்து பருக் கிருமிகளைத் தோற்றுவித்து விடுகின்றன. தோலில் எண்ணெய் மிகுதியாகத் தோன்றும் போது, அதை அடிக்கடிக் கழுவி, சுத்தம் செய்து, அதில் அழுக்கோ தூசியோ சேராமல் பார்த்துக்கொண்டால், அதுவே பரு தோன்றுவதைத் தாமதப் படுத்திவிடும்.

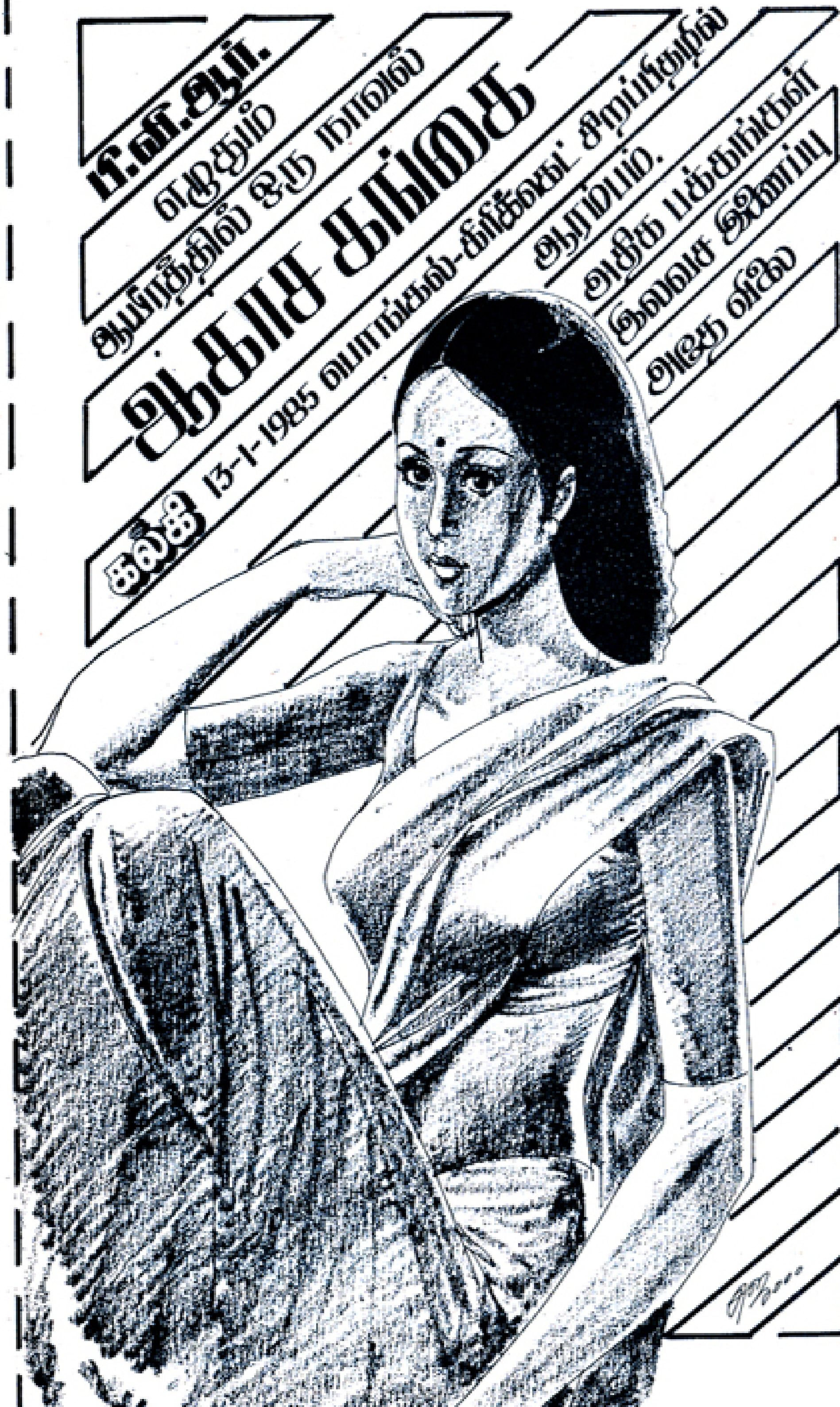
எண்ணெய் மிகுவதற்கு என்ன காரணம்? நம் உணவில் சேரும் தித்திப்புத் தான் காரணம். இதனுடன், மசாலாப் பொருள்களும், காபியில் நிறையச் சேர்த்துக் கொள்கிற சர்க்கரையும் சேர்ந்து விட்டால் — விஷம்தான். இவற்றைக் குறைக்கும் போது, எதிரியின் மூலபலத்தையே அழித்து விட்ட மாதிரி ஆகிறது. அல்லது எதிரிக்கு 'சப்ளை' வராது செய்து விட்ட மாதிரி ஆகிறது.

இரண்டாவது தலை மயிரைக் கொஞ்சம் ஸ்பெஷலாக கவனிக்க வேண்டும். உங்கள் தலையில் பொடுகு இருந்தாலோ அல்லது தலை ரோமத்தில் அதிக எண்ணெய்ப் பசை யிருந்தாலும், அதன் எதிரொலி, தலையை மூடியிருக்கிற தோல் வழியாக முகத்தில் இறங்கி பருவாகி விடுகிறது. இதனால் தலையில் அதிக எண்ணெய் சேராமல் பார்த்துக் கொள்ளுங்கள்.

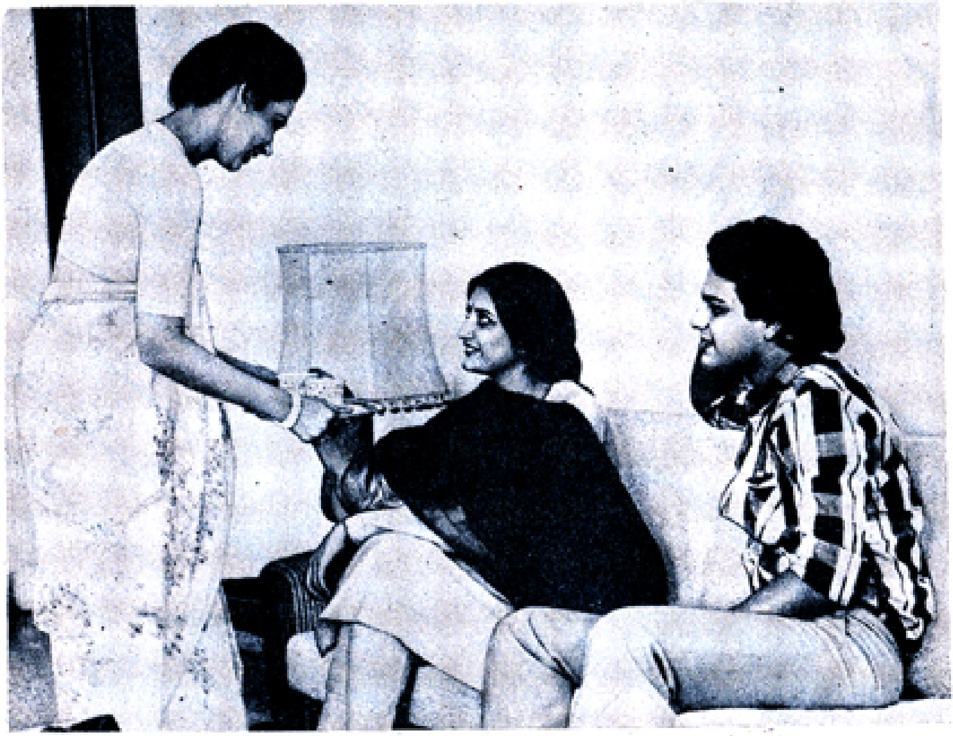
மூன்றாவது எண்ணெயில் பொரித்த பொருள்களை— அப்பளம், சிப்ஸ்— தொறுக்குத் தீனிகள் — எண்ணெயில் வதக்கிய காய்கறி — இவை மாதிரி சமாசாரங்களை அதிகமாக உபயோகிக்காதீர்கள்.

நிறைய முட்டை கோஸ், காரட், வெங்காயம், கீரைகள், நீர்க்காய்கள்— ஆகியவைகளை வதக்காமல், கால்வாசி வேக வைத்த நிலையில் உண்ணுங்கள். கீரைகளுக்கு அபார சக்தி இருக்கிறது. நீர் நிறைய அருந்துங்கள்.

நாலாவது: தினமும் காலையிலும், இரவும் ஒரு கப் வெந்நீரில் எலுமிச்சம் பழம்


எழுதும்
ஆயிரத்தில் ஒரு நாவல்
கல்கி 13-1-1985
ஆரம்பம்.

தேநீரும் விருந்தோம்பலும்
ஸாகர் ஸ்கிம் மில்க்கும்



உங்கள் இல்லத்திற்கு வருகை தரும்
நண்பருக்கு முதலில் வழங்குவது எது ?
நல்வரவு என்று சொல்லும் புன்னகையும்
நல்லதொரு கோப்பை தேநீரும் தானே !
அது வழி வழியாய் வரும் உங்களுடைய
கலாசாரத்தின் பிரதிபலிப்பு.

இம்மாதிரி சமயங்களில் பால்பாட்டில்
காலியான பரிதவிக்கும் நிலையில் நீங்கள்
இருந்தால் ? உடன் புதிய பால் கிட்டாத
நிலையானுலோ ?

ஸாகர் ஸ்கிம் மில்க் பவுடர் உங்கள்
பாரம்பரிய விருந்தோம்பலை நீங்கள் பேண
உதவுகிறது. சிக்கனமாக, விரைவாக,
எளிதாக. இனிப்புகளுக்கும் புட்டிங்கு
களுக்கும் இது ஈடு இணையற்றது..



ஸாகர்
ஸ்கிம் மில்க் பவுடர்

**கொழுப்பு இல்லாத பாலின் உன்னதமான
குணங்கள் உண்டே இதில்.**

விற்பனைக்கு விடுப்போர்:
குஜராத் கோ-ஆப்பரேடிவ் மில்க் மார்க்கெட்டிங்
ஃபெடரேஷன் லிமிடெட், தபால் பெட்டி எண் 10,
ஆனந்த் 388 001, குஜராத்.

ASP/SMP/5/84

அரை மூடி பிழிந்து (நோ ஷுகர், ப்ளீஸ்)—பருக மறக்காதீர்கள்.

கழுத்து, பிடரி, முகம், முகவாய், ஆகிய பகுதிகளை சமயம் கிடைக்கும் போதெல்லாம் நன்றாகக் கழுவி, தூய துவாலையால் துடையுங்கள்.

பரு வருவதற்கு மிக முக்கியமான காரணம் என்ன சொன்னேன்?—தோலின் மீதுள்ள ரோமக் கால்கள் அடைபட்டு விடுவதுதான், இல்லையா? அதாவது அந்தக் கால்களை . அடைப்பதையெல்லாம் செய்யக்கூடாது, இல்லையா?

—ஆனால், மேடம், நீங்கள் அதைத்தான் ஒவ்வொரு நாளும் குறைந்த பட்சம் இரண்டு வேளையாவது செய்து கொண்டிருக்கிறீர்கள்!

ஆனால், அவர்களுக்குப் பரு வந்தால் என்ன செய்ய வேண்டும் என்றும் தெரிந்திருந்தது. அவர்கள், வேப்பிலையைக், கலுவத்தில் இட்டுத் தண்ணீர் சேர்த்து 'வெழுமுனை அரைத்து, நீர்விட்டு வடிக்கட்டி அதைத் தினமும் இரண்டு ஸ்பூன் குடித்தார்கள்—பரு பறந்தது.

பருக்களின் வடுக்களை ஒழிக்கும் வழியையும் என் பாட்டி சொல்லியிருக்கிறாள்: பரு வந்து குழிகள் ஏற்பட்டால் அதை நிறையச் செய்ய; அரைக் கிண்ணம் பாலேட்டுடன், ஒரு துளி சாம்பிராணித் தைலம், கொஞ்சம் அரிசிமாவு ஆகியவைகளைக் கலந்து அதைப் பரு வந்த இடத்தில் அப்பிக் . கொள்வார்களாம்.

அரிசி ரொட்டி

அரிசி மாவு கால் படி
தேங்காய் அரை மூடி
தேங்காய் எண்ணெய் 4 மே. கரண்டி
ஜீரகம் ஒரு ஸ்பூன்
இஞ்சி சிறிய துண்டு
பச்சை மிளகாய் 10
கருவேப்பிலை கொத்தமல்லி
தேவையான அளவு உப்பு

கருவேப்பிலை ·கொத்தமல்லி இஞ்சி மிளகாயைச் சிறிதாக நறுக்கித் துருவிய தேங்காயுடன் அரிசி மாவினை உப்பு ஜீரகத்துடன் சேர்த்துச் சிறிது நீர் விட்டு சப்பாத்தி மாவுபோல் பிசைந்து இலையிலோ அல்லது தட்டிலோ சிறிது எண்ணெய் தடவி தட்டிக் கொள்ள வேண்டும். இதனைக் கல்லின்மீது போட்டு எண்ணெயுடன் வார்க்க வேண்டும். சிறிய வெங்காயத்தை நறுக்கி இதன் மேல் தூவிச் செய்தால் நன்றாக இருக்கும்.

—சித்ரா சுந்தர்



ஸ்நோ தடவி, மேலே பவுடரை கனமாக அப்புவது வேறு என்ன? சருமத்தின் மீது காங்கிரீட் போட்டு மூடுவது மாதிரிதான் அது. அதாவது உங்கள் ஆரோக்கியத்திற்கே நீங்கள் உங்கள் முகத்தில் 'ஸெமிட்டரி' அமைத்துக் கொள்கிறீர்கள்.

பவுடர், ஸ்நோ எல்லாம் இல்லாத நம் முன்னோர்களின் முகங்கள் எத்தனை லக்ஷ்மிகரமாக இருந்தன?

''அவர்களுக்கு முகப் பரு வராமலா இருந்தது?'' என்று கேட்பீர்கள். வந்தது. நான் இல்லை என்று சொல்லவில்லை. ஒவ்வொருத்தியும் அரை வீசை எண்ணெயை அல்லவா தலையில் ஒழுக விட்டுக் கொண்டிருந்தாள்?

இப்படிச் செய்வதால் குழிகள் நிரம்பித் தோல் பழைய மாதிரி ஆகிவிடுமாம்.

நான் சொல்வது இதுதான்: வரும் முன் காப்பதே விவேகம்! .

1. தித்திப்புக்கள், வறுத்த பொருள்களைக் கைவிடுங்கள். நிறைய காய்கறிகள், கீரைகளைச் சாப்பிடுங்கள்.

2. சுத்தமாக இருங்கள். உங்கள் முகத்தைத் துடைக்கவென்று தனியாக ஒரு துவாலை வைத்துக் கொள்ளுங்கள். தலையில் எண்ணை மிகாமல் பார்த்துக் கொள்ளுங்கள். கூடுமானவரை பவுடர், ஸ்நோ வகையராக்களை உபயோகிக்காதீர்கள். முகத்தின் ஜன்னல்கள் திறந்திருப்பதே முகத்திற்கு ஆரோக்கியம்.

—ஆர். அருந்ததி

அரசியலும், பெண்களும்

செய்திமலர்



நடந்து முடிந்த தேர்தலில் சில குறைபாடுகள் — உடனடியாக நிவர்த்திக்கப்பட வேண்டியவை — பல காணப்பட்டன. முதலில் ஆளுங்கட்சிக்கு இருக்கக் கூடிய பணபலம், அதிகார பலம், டீ.வி. ரேடியோ பிரசார வசதிகள். ஒவ்வொரு பார்லிமெண்ட் தொகுதிக்கும் குறைந்த பட்சம் 25 லட்ச ரூபாய் செலவிடப்பட்டது என்று ஊகிக்கலாம். இவ்வளவு பணத்தைச் செலவழித்து ஐந்தாண்டுகளுக்கு பதவி ஏற்கும் ஆளும் கட்சி உறுப்பினர்கள் எப்படிப்பட்ட அரசாக இருக்கும்? போட்ட முதலீடுகளை லைசென்ஸ் கோட்டா பர்மிட் வியாபாரத்தில் எடுத்து லாபமும் காண வேண்டும். இப்படித்தான் யூனியன் கார்பைடு போன்ற நிறுவனங்கள் அரசுகளை ஆட்டிப் படைக்க முடிகிறது.

இரண்டாவதாக எதிர்க்கட்சிகளின் மேற்குறித்த வகை பலவீனம் தவிர ஒற்றுமையின்மை. இடது, வலது, நடு என்று கொள்கையளவில் மூன்றாகப் பிரிந்திருக்கும் கட்சிகள் எல்லாம் தேர்தல் என்று வந்தால் தலைவர்களின் சொந்த விருப்பு, வெறுப்பிற்கேற்பக் கட்சி பிரிந்து தமக்குள்ளேயே போட்டியிடுகின்றன. கொள்கையை மறந்து விட்டுக் கூட்டு சேருகின்றன. கம்யூனிஸ்டுக் கட்சியும் வலதுசாரிக் கட்சிகளும் கூட்டு சேர்ந்து வெற்றி பெற்று ஆட்சிக்கு வந்தால் நல்வகையான கொள்கை பின்பற்றப்படும்! இந்தியாவில் கட்சி அரசியலை ஒழுங்கு படுத்துவது அவசியம். தேசிய அளவில் மூன்று கட்சிகளை மட்டும் அனுமதி தந்தால் போதுமானது. கூட்டணிகளையும், சுயேச்சை வேட்பாளர்களையும் தேர்தலில் அனுமதிக்கக் கூடாது. கட்சி மாறுவதையும் புதுப்புதுக் கட்சிகள் தோன்றுவதையும் அனுமதிக்கக் கூடாது.

தேர்தலில் ஏராளமான கறுப்புப் பணம் புழங்குவதும் வெளிப்படை. பொருளாதாரத்தையே சீர்குலையச் செய்யும் கறுப்புப் பண ஆதிக்கத்தை ஆளும் கட்சியே ஏற்றுக் கொண்டு செயல்பட்டால் மற்றவர்களைப் பற்றிக் கேட்பானேன். தேர்தலின் போது கடத்தல்காரர்களும், கறுப்புச் சந்தை வியாபாரிகளும் செல்வாக்குப் பெற்று விடுகிறார்கள். பின் இவர்களைச் சட்டம் என்ன செய்யும்?

மூன்றாவது பெரிய குறை— சாதி, இனம், மதவாரியாக வோட்டுக்கள் சேகரிக்கும் முயற்சிகள் பெரும்பான்மை சாதியை வைத்துத்தான் வேட்பாளர்களையே நிறுத்துகிறார்கள்!

இன்னொரு பெரிய குறை பெண்களுக்குத் தரப்படும் வாய்ப்புக் குறைவு. மொத்த வேட்பாளர்களில் பெண்களின் விகிதம் ஆறில் ஒரு பங்கு கூட இல்லை. ஜனத்தொகையில் பாதிக்குப் பாதி பெண்கள். ஆண்களை விடப் பெண்கள் திறமையாக நிர்வாகம் செய்ய முடியும் என்பதற்கு மறைந்த பிரதமர் இந்திரா காந்தியே ஓர் எடுத்துக் காட்டு. ஒவ்வொரு கட்சிகளும் குறைந்தபட்சம் மூன்றில் ஒரு பங்கு இடங்களையாவது பெண்களுக்கு விட்டுக் கொடுக்க வேண்டும். அல்லது பெண்களுக்கென்றுரிசர்வ் தொகுதிகள் இருக்க வேண்டும். மந்திரி சபைகளிலும் இதே விகிதத்தில் பெண்களுக்கு இடம் தர வேண்டும். இனி வரும் தேர்தல்களிலாவது இந்தக் குறைகள் நீக்கப்படும் என்று எதிர்பார்ப்போம்.

* * *

முதலில் 300 தான் என்றார்கள். பிறகு 350, 400, 450, 500, 550, 560, 564 என்று ஏலக்கடை விலையாய் ஏறிக் கொண்டுபோனது. திடீரென்று பி. டி. ஐ. செய்திப்படி சாவு எண்ணிக்கை 1000—க்கு மேல் இருக்கும் என்று கணக்கிடப்படுகிறது! அடுத்த நாள் 2000—க்கு மேல் என்றது ரேடியோ. அதன் பிறகு எண்ணுவதை விட்டுவிட்டார்கள். அதிகம் அவதிக்குள்ளானவர்கள் குழந்தைகளும், தாய்மார்களுமே.

போபாலில் விஷவாயுச் சாவுகள் வரலாறு காணாத சோகம். முன்னெச்சரிக்கை இருந்தும், பொறுப்பில் இருந்தவர்கள் மெத்தனமாக இருந்து விட்டார்கள். பூச்சிக் கொல்லி மருந்து தயாரிக்கும் இந்தத் தொழிற்சாலையை நகருக்குள்ளேயே அனுமதித்திருக்கக் கூடாது என்று இப்போது சொல்கிறார்கள். எம்.என். புச் என்னும் அரசு அதிகாரி 1980—லேயே விஷவாயு உற்பத்தி செய்யும் யூனியன் கார்பைடு கம்பெனிக்கு போபால் கார்ப்பரேஷன் சார்பில் ஒரு நோட்டீஸ் விட்டார். 'இடத்தைக் காலி பண்ணுங்கள்' என்று. விளைவு அவர்தான் மாற்றலில் போக வேண்டி வந்தது.

அவ்வப்போது தொழிலாளர்கள் ஒன்று, ஐந்து, ஆறு என்று விஷவாயு கசிவினால் இறந்து போனதுண்டு பரவினால் சுமார் நூறு டன்கள் தேக்கி வைத்திருந்த மூன்று டாங்குகளிலிருந்து ஏதாவது ஒன்று கசிந்து நச்சு வாயு காற்றில் கலந்தால் நகர மக்கள் தீவிரமாகப் பாதிக்கப்படுவர் என்று கம்பெனிக்கும் அதிகாரிகளுக்கும் தெரிந்தே இருந்தது. ஆனால் அலட்சியமாக இருந்து விட்டார்கள். சர்வதேச கம்பெனிகள் எவ்வாறு அரசு அதிகாரிகளை கைக்குள் போட்டுக்கொண்டு சட்டங்களையும், விதிகளையும் மீறுகிறது என்பதற்குப் போபால் நிகழ்ச்சி ஒரு எடுத்துக் காட்டு. இன்னும் எத்தனை இடங்களில் இப்படிப்பட்ட அபாயங்கள் காத்திருக்கின்றனவோ காலதேவனுக்குத்தான் தெரியும்.

–ரங்கஸ்ரீ



குழந்தை பிறந்த 6 மணி நேரத்திற்கு பின்பு, அது முதல் தடுப்பு ஆகாரம் பெறுகிறது. அதை ஊட்டுவது நீங்கள்தான்.



இயற்கையின் ஒரு வரப்பிரசாதம் தாய்ப்பால்.

தாய்ப்பாலில் இயல்பாகவே நோய் எதிர்ப்புப் பொருள் அடங்கியுள்ளது. புதிதாகப் பிறந்த குழந்தைக்கு, வயிற்றில் வாயுக்கோளாறு மற்றும் இதர நோய்களுக்கு எதிரே பாதுகாப்பு அளிப்பதில் முக்கிய பங்காற்றுகிறது தாய்ப்பால்.

இயல்பான ஊட்டச்சத்து

இயற்கையும் அறிந்துள்ளது: குழந்தைக்கான தாய்ப்பாலே உன்னத உணவாக்குபவை அதில் இயல்பாக சரிவிகிதமாகக் கலந்துள்ள உடல் வளர்ச்சிச் சத்துக்கள் (புரதம்), சக்தி தரும் சத்துக்கள் (கார்போ ஹைட்ரேட்டுகள், கொழுப்பு) ஆரோக்கியமான பாதுகாப்புச் சத்துக்கள் (வைட்டமின்கள்) ஆகும் (உதாரணமாக தாய்ப்பால் குடிக்கும் குழந்தைகள் வைட்டமின் 'சி' குறைவினால் ஏற்படும் ஸ்கர்வி நோயால் பொதுவாக பாதிக்கப் படமாட்டார்கள்) முலைப்பால் உண்ட குழந்தை பாதுகாப்பையும் தன்னம்பிக்கையையும் பெறுகிறது. காரணம், பசியைத் தணித்திட குழந்தை முலைப்பாலை உறிஞ்சும்போது, நீங்கள் குழந்தையை அரவணைத்துப் பாசத்தையும் சேர்த்தல்லவா பாலூட்டுகிறீர்கள்.

உலகளாவிப் பிரபலமடைகிறது.

அதன் ஊட்டச்சத்து மற்றும் இதர நலன்கள் விரிவாகவும் அதிகமாகவும் உணரப்படுவதால் மேலை நாடுகளிலும் கூட முலைப்பால் கொடுத்தல் மிகவும் அதிகமாக பிரபலமாகி வருகிறது.

உங்கள் உடல் நல பாதிப்பு அல்லது பால் பற்றாக்குறை ஆகியவற்றால் நீங்கள் குழந்தைக்கு பால் கொடுக்கமுடியாமல் போனால் என்ன செய்வது?

உங்கள் குழந்தைக்கு நீங்கள் சிறந்த 'தாய்ப்பால் மாற்று' தேர்ந்தெடுக்க வேண்டும்.

ஸ்ப்ரே ட்ரை செய்யப்பட்ட அமுல்ஸ்ப்ரே

அமுல் ஸ்ப்ரே–நன்கு சமச்சீராக கலக்கப் பட்ட சத்துக்களுடன் கூடியது—பிரதம தாமுள்ள புரதம், ஜீரணிக்க எளிதான கொழுப்பு மற்றும் கார்போ ஹைட்ரேடுகள், சரியாகக் கலந்துள்ள வைட்டமின்கள் மற்றும் தாதுக்கள்.

ஏற்கனவே கொதிக்க வைத்த வெதுவெதுப்பான நீரில் அதைக் கலப்பது எளிது, முன்னாலேயே அதை பசைபோல் தயாரிக்கவேண்டிய அவசியம் இல்லை.

சிக்கனமானது

டின்னில் அடைக்கப்பட்டுள்ள குழந்தை உணவுகளில் மிகவும் சிக்கனமானது, அமுல் ஸ்ப்ரே. காரணம், அது இந்தியாவின் 'வெண்மைப் புரட்சிக்கு' முன்னோடியான நவீன பால் நிறுவனத்தால் தயாரிக்கப்பட்டது.

ஆனால் கொதிக்க வைத்த நீர், சுகாதார முறையில் கிருமி நீக்கம் செய்யப்பட்ட பாத்திரங்கள் மற்றும் பால் புட்டிகள் உபயோகித்தலை உறுதி செய்து கொள்ளுங்கள். பால் கலக்கப்படும்போது அதிகம் நீராகி விடுவதை தவிர்ப்பதற்கும், போதுமான ஊட்டச் சத்துக்களை உறுதி செய்வதற்கும் டின்மீது குறிப்பிட்டுள்ள வழிமுறைகளை கவனமாக பின்பற்றுக.



அமுல்ஸ்ப்ரே

தாய்ப்பாலுக்கு அடுத்ததுதான்

இலவசம்! அமுல் வளர்ப்பு வழி—
இதில் அடக்கியுள்ளவை: கருத்தரித்தல், பேறு காலத்திற்கு முன் கவனிப்பு, பிரசவம், தாய்ப்பால் ஊட்டுதல், வெளியில் கிடைக்கும் உணவு வகைகள், லேசான தானிய உணவு தருதல், குழந்தையின் அன்றாடக் கடன்கள், குழந்தையின் வளர்ச்சி, நோய்த் தடுப்பு, முதலுதவி, பொதுவான நோய்கள், நோயுற்ற குழந்தையைப் பாதுகாத்தல் ; தமிழ், இந்தி, மராத்தி, குஜராத்தி, ஆங்கிலம், தெலுங்கு மற்றும் மலையாள மொழிகளில்.

உங்கள் பெயர் மற்றும் முகவரியுடன் ரூ. 1.25 தபால் தலை ஒட்டி எழுதுக இம் முகவரிக்கு: தபால் பெட்டி எண் 10124, பம்பாய் 400 001.

விற்பனைக்கு விடுப்போர்:
குஜராத் கோ-ஆப்பரேடிவ் மில்க் மார்க்கெட்டிங் ஃபெடரேஷன் லிமிடெட்,
தபால் பெட்டி எண் 10, ஆனந்த் 388 001, குஜராத் மாநிலம்.

ASP/AS-TAM5/83

ஒடிசி

நம் நாட்டின் சிறப்பு மிக்க நாட்டியக் கலை வடிவங்களுள், ஒடிசி நாட்டியமும் ஒன்றாகும். பழமையும் பாரம்பரியமும் வாய்ந்த இச்சாஸ்திரிய கலை (Classical dance) ஒரிசா மாநிலத்திற்கே உரியதாகும். இரண்டாயிரம் ஆண்டுகளின் சரித்திரப் பெருமை இக்கலைக்கு உண்டெனினும், சுமார் தொள்ளாயிரம் ஆண்டுகளுக்கு முன்பு தான் இக்கலை ஒடிசி நடனம் என்று பெயர் பெற்று நாளடைவில் மருவி இக்காலத்தில் ஒடிசி நடனம் என்ற பெயர் பெற்றதாகும்.

பூரி ஜகந்நாதர் ஆலயம் சரித்திரப் பிரசித்தி பெற்ற ஒரு புண்ணியத்தலமாகும். பதினோராவது நூற்றாண்டுத் துவக்கத்தில் நிர்மாணிக்கப்பட்டது. ஒடிசி நடனக்கலை இவ்வாலயத்தில் குடி கொண்டிருக்கும் ஜகந்நாதப்பெருமானுக்கே அர்ப்பணிக்கப்பட்ட கலையாகும். மன அமைதியைப் பெறவும் அப்பெருமானின் அருளை அடையவும், இந்நாட்டியத்தை அம்மாநிலத்தில் வாழ்ந்து வந்த ''மகாரி'' என்ற இனப்பெண்டிர் மட்டும் தான் (தமிழ் நாட்டில் வாழ்ந்து வந்த தேவதாசி இனத்தைப் போன்றவர்கள்) இக்கோயிலில் நடனமாதர்களாக இருந்து ஆடிவந்தனர். அண்மையில் தான் ஆடவரும் இக்கலையில் ஈடுபட்டுள்ளனர்.

பதினோராவது நூற்றாண்டில் வாழ்ந்த ஜெயதேவரின் ''கீத கோவிந்த''ப் பாடல்களே இந்நாட்டியத்திற்குப் பின்னணி சங்கீதப்பாடாந்திரமாக விளங்கி வருகின்றது. சிருங்கார ரசம் ததும்பும் இப்பாடல்களுக்கு உயிரூட்டுவது போல் அமைந்துள்ளது இந்த ஒடிசி நாட்டியம்.

பூரி ஜகந்நாதர் மதியம் மற்றும் இரவு உணவு நேர சமயங்களில் இக்கலை நிகழ்த்தப்பட்டு வந்ததாகக் கலை வரலாற்று ஏடுகளின் வாயிலாக அறிகிறோம். இந்நடன அமைப்பு பெரும்பாலும் பரதரின் நாட்டிய சாஸ்திரம் மற்றும் அபிநய தர்ப்பணம் ஆகிய நாட்டிய இலக்கண நூல்களின் விதிமுறைகளுக்குட்பட்டதாகும். முன்னூறு ஆண்டுகளுக்கு முன், இம்மாநிலத்தில் வாழ்ந்து வந்த, மகேஸ்வர் மகா பாத்ரா இயற்றிய ''அபிநய சந்திரிகா'', இந்நாட்டியக் கலையின் ஆதார நூலாகக் கருதப்பட்டு வருகின்றது.

இந்நாட்டியத்தின் ஒவ்வொரு நிலையும், அசைவும், ஹஸ்தமும் மற்றும் இதர சிறப்புமிக்க நுட்பங்களும்திரைப்பட உருவில் எடுக்கப்பட்டு பாது காக்கப்பட்டு வருகின்றன. பாத பேதங்கள் என்று கூறப்படும் ஆறு வகை பாத அசைவுகள் இந்நாட்டியத்தில் உள்ளன.

மாதல் என்றதோர் கருவி வாத்தியம் புல்லாங்குழல் மற்றும் ஒரு ஜோடி சிறிய ஜாலரா ஆகியவை இந்நடனத்தின் பிரதான பின்னணிஇசைக் கருவிகள். இக்காலத்தில் ஹார்மோனிய இசைக் கருவியும் அதிகமாக பயன்படுத்தப்பட்டு வருகிறது. சமஸ்கிருதம், ஒரியா ஆகிய மொழிகளில் இயற்றப்பட்ட பாடல்களே இந்நடனத்தின் பாடாந்திரமாகும். கொனராக் மற்றும் இதர ஒரிசா ஆலயங்களில் காணப்படும் நடன சிற்பங்கள் ஒடிசி நாட்டிய மரபினையும், பண்பினையும் பறை சாற்றி வரும் சின்னங்களாகும். இந்நாட்டிய அமைப்பிற்கு, அதனுடைய மரபினையும், பண்பினையும் பாதிக்காமல், மெருகு ஏற்றியவர் பிரபல ஒடிசி நாட்டியாசிரியர் கேளுசரண் மகா பாத்ரா அவர்கள்.



—கே. எல். ராமன்.

வண்ணப்படம்: கதிர் ராமச்சந்திரன்.
படத்தில்—மாளவிகா சருக்கை.



முத்து ஜிமிக்கி

அம்மாவை நினைக்கும்போது கனவுசின்னில் பட்டென விரியும் மலர்கள் போல் ஒரு சிரித்த முகம்தான் மனக்கண்ணில் தோன்றுகிறது. கூத்தோடு அந்த ஜிமிக்கி...

சுற்றிலும் காலத்தால் கரையாத முத்தும் பச்சையும் பதித்து, பம்மிப் படர்ந்து, அடியில் அழகிய குடைபோல் விரிந்த ஜிமிக்கி ஆட, அம்மா என் நெற்றியில் குனிந்து முத்தமிடும் போது, என் மனம் பொங்க, கழுத்தைக் கட்டிக்கொண்டு, அந்த ஜிமிக்கிக்குள் விரலை அழுத்துவேன்.

அம்மா அழகா, ஜிமிக்கி அழகா என்றே எனக்குத் தெரியாது. அந்த ஜிமிக்கி இல்லாத அம்மாவை எனக்கு நினைவும் இல்லை.

அதேபோல், அம்மாவைக் கடைசியாக ஜிமிக்கி இல்லாமல் பார்த்த அந்த நாளும் எனக்கு நினைவுக்கு வருகிறது.

அப்பா கவலையுடன் 'போன்' அருகே அமர்ந்திருக்க, நான் அப்பாவின் தோளைக் கட்டிக் கொண்டு, மடியில் அமர்ந்திருந்த அந்த மறக்க முடியாத நாள்.

பஜ்ஜி போடுவதற்கு, கடலை மாவு, அரிசி மாவு கூட வேண்டும் என்பதில்லை. கோதுமை மாவில், பச்சை மிளகாய், உப்பு, பெருங்காயம் சேர்த்து பஜ்ஜி போடலாம். மிகவும் நன்றாக இருக்கும்.

—பத்மா சிவராமன்.

கடைசியில் அம்மா, எனக்குத் தங்கையையும் கொடுக்காமல், தம்பியையும் கொடுக்காமல் ஏமாற்றிவிட்டு, நீளமாகப் படுத்திருந்தாள். அதுதான் நான் அம்மாவைக் கடைசியாகப் பார்த்தது.

பாட்டி அந்த ஜிமிக்கியை என் காதில் அணிவித்த போது அம்மாவின் முகம்தான் மனதில் நிழலாடியது.

திருமணம் ஆகி புது உறவுகளை ஏற்றுப் புது வீட்டுக்கு வந்த போது, என்னைவிட, என் காதணிக்குத்தான் நல்ல வரவேற்பு.

"அந்தக் கால நகை... பாந்தமாய் எப்படிச் செய்திருக்கிறார்கள் பார்..." என்று ஸ்லாகித்தாள் மாமியார்.

"மன்னி, நான் இதை ஒருநாள் போட்டுக் கொள்ளட்டுமா..." வெகுளியான முதல் நாத்தனார்.

சிறிது காலம் ஆன பிறகு கணவரின் நாகரீகப் போக்குக்கு ஒத்து வராததால் அந்த ஜிமிக்கி பீரோவுக்குள் முடங்கிக் கொண்டது.

என் நாத்தனார் தன் கல்யாணத்திற்கு ஆசைப்பட்டுக் கேட்ட முதல் பொருளை என்னுடையது போல ஒரு முத்து ஜிமிக்கி... உபரியாக அதைச் செய்ய முடியாதபோது, என் கணவர் வேதனையுடன் என்னை நோக்கினார்... தயங்கியவாறே கேட்டார்.

"வீட்டு நிலைமை உனக்குப் புரியாதது இல்லை கஸ்தூரி.. உன் ஜிமிக்கியை இப்போது கொடுக்கிறாயா... விரைவிலேயே இதைப் போல் ஒன்று புதிதாக செய்து உஷாவிடம் கொடுத்துவிட்டு உன்னுடையதை வாங்கித் தருகிறேன்..."

'அம்மாவுடைய ஜிமிக்கியை விட்டுப் பிரிவதா...' நான் ஒரு நிமிடம் துணுக்குற்றேன். 'அம்மாவையே நேரில் பார்ப்பது போன்று அந்த ஒரு பொருள் தான் என்னிடம் இருக்கிறது.'

அவரது தடுமாறும் முகத்தைக் கண்டதும் என் மனச்சலனம் இருந்த இடம் தெரியாமல் மறைந்தது.

உஷா அந்த ஜிமிக்கியுடன் புறப்பட்டு விட்டாள்.

நாட்கள் ஓடின...

உஷாவின் காதை விட்டுப் பிரியாதிருந்தது அந்தக் காதணி. என் கணவர் எதிர்பார்த்த அந்த 'நல்லகாலம்' வந்து விட்டதாலோ என்னவோ, என் ஆத்மார்த்தமான வஸ்து என் கைக்கு வந்து சேரவேயில்லை.

இதோ உஷா, இரண்டாவது பிரசவத்துக்குப் பிறந்த வீடு வந்து விட்டாள்.

அவள் வீட்டுக்குள் நுழைந்ததுமே, அவள் தோற்றத்தில் இருந்த மாறுதல் எனக்கு முதலில் புரியவில்லை. அவள் வீட்டுக்குள் வளைய வந்த சில மணிகளிலேயே புரிந்து விட்டது. அவள் காதில் ஜிமிக்கி இல்லை.

இரண்டு நாட்கள் கழித்து மெதுவாகக் கேட்டேன். "ஏன் உஷா... ஜிமிக்கி உனக்கு மிகவும் பொருத்தமாக இருந்ததே ஏன், அவிழ்த்து வைத்து விட்டாய்"

அவள் அஸ்வாரஸ்யத்துடன் முகம் சுளித்தாள்.

"ஓ... அதுவா... இப்போதெல்லாம் அதைப் போட்டுக் கொள்ளவே எனக்குப் பிடிக்கவில்லை. அதுதான் கழற்றி வைத்து விட்டேன்..."

நான் மௌனமாக இருந்தேன்.

சில நாட்களிலேயே உஷா ஒரு அழகிய ஆண் மகவுக்குத் தாயாகி, தன் வீட்டுக்குச் சென்று விடும் நாளும் வந்து விட்டது.

எந்தக் குறையும் வைக்காமல் செய்ய வேண்டிய சீரெல்லாம் செய்து, கொண்டு விடத் தயாரானேன். அவள் மிகவும் வற்புறுத்தியதால் ஒரு வாரம் வரைத் தங்கவும் தீர்மானித்திருந்தேன்.

இரண்டாம் நாளே, மாப்பிள்ளைக்கும், உஷாவுக்கும் ஏதோ வாக்குவாதம்... நான் கவனித்தும் கவனியாமல் இருந்தேன். இருந்தும் என் காதில் விழுந்த சொற்களின் மூலம் ஏதோ பண விஷயம் என்று தெரிந்தது.

அறைக்கு வெளியே வரும்போது, உஷாவின் முகம் அழுது அழுது, 'ஜிவுஜிவு' என்றிருந்தது. நான் தயக்கத்துடன், வேறு வழியின்றி மௌனமாக இருந்தேன்.

அன்று சாயந்திரமாக, அந்த ஊரிலேயே இருக்கும் பெரியம்மா அழைத்ததால், உஷாவிடம் சொல்லிவிட்டு, இருவருமாக பெரிய கடை வீதிக்குச் சென்றிருந்தோம்.

நகைக் கடைகளின் வழியே சென்ற போது, என் மகள் கொலுசு என்று கேட்டது நினைவுக்கு வர, அந்தச் சிறிய கடைக்குள் நுழைந்தபோது, 'ஷோ-கேஸில்' பார்வை விட்டவள் சமைந்து நின்றேன்.

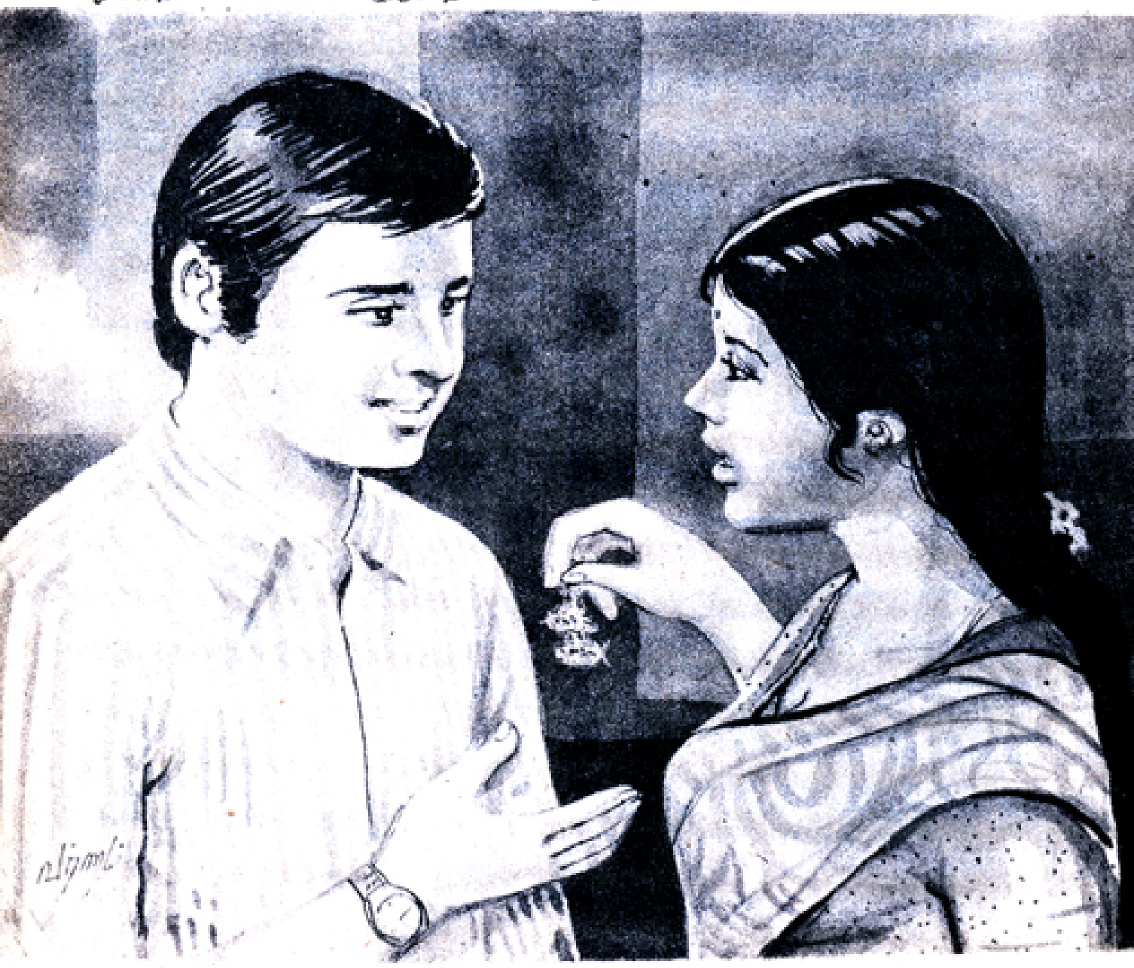
அம்மாவின் ஜிமிக்கி... இது எப்படி இங்கு வந்தது? நான் மெதுவாக வாங்கப்போவது போல் அருகில் சென்று பார்வை இட்டேன்.

தொலைந்து போய் யாராவது இங்கு விற்று விட்டார்களா ... உஷா அதைப் பற்றி ஒன்றுமே சொல்லவில்லையே!

என் முகம் போன போக்கைப் பெரியம்மா பார்க்காமல் சமாளித்துக்கொண்டு, வீடு திரும்பினோம்...

உஷாவிடம் இதைப்பற்றி எப்படிக் கேட்பது...

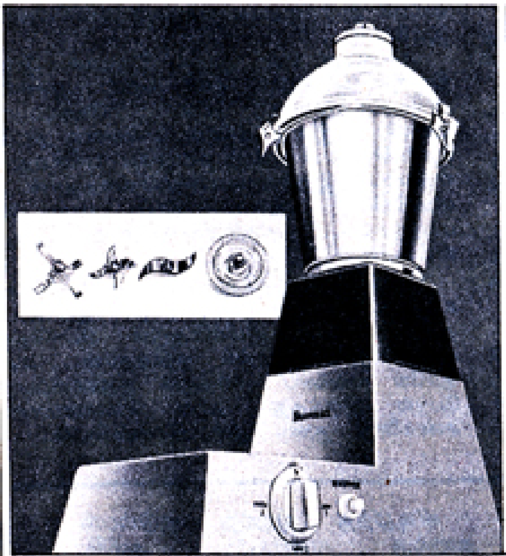
அம்மாவுக்கு முன்பிருந்த காலத்தால் அழியாத அந்த ஜிமிக்கி இப்படிப் பறி போனதைப் பார்த்துப் பேசாமல் இருப்பதா...



ஸுமீத்தின் தனித்தன்மை

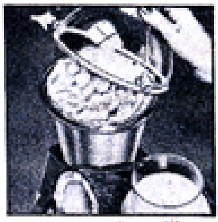
அதன் உயிர்நாடியாக அமைந்திருக்கும் கனரக மோட்டார்

கனரக மோட்டார் 30 நிமிடங்களுக்குத் தடைபடாமல் இயங்கும்.
விசேஷமாக டிசைன் செய்யப்பட்ட நான்கு பிளேடுகளுடன்
மூன்று அளவுள்ள அரவைக் கிண்ணங்களும் அடிப்படைச்
சமையல் வேலைகள் அனைத்தையும் மிக விரைவாக
முடித்துத் தருகிறது ஸுமீத் டொமஸ்டிக் கிட்சன் மெஷின்.





உலர் அரவை:- மிளகாய் வற்றல், கரம் மசாலா 2 நிமிடங்களில்



ஈர அரவை:- உளுந்து, அரிசி மற்றும் தேங்காய் சட்னி 2 நிமிடங்களில்



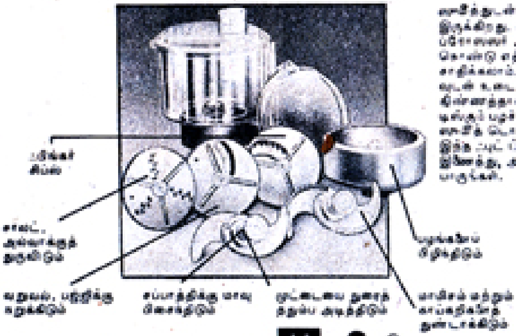
மாமிசத்தைப் பொடிக்க 1 நிமிடம். பருப்புகளைப் பொடிக்க சில விநாடிகள்



தயிர் கடைய மில்க் ஷேக் செய்ய, முட்டையைக் கலக்க 1 நிமிடம்

இப்போது ஃபுட் ப்ரோஸஸர் அட்டாச்மெண்டை இணையுங்கள்

ஸுமீத்துடன் மற்றுமொரு அனுகூலமும் இருக்கிறது. விரும்பினால் புதிய ஃபுட் ப்ரோஸஸர் அட்டாச்மெண்டை இணைத்துக் கொண்டு எத்தனையோ காரியங்களைச் சாதிக்கலாம். அது 3.88 லிட்டர் கொள்ளளவுடன் உடைக்க முடியாத ஒளிபுகும் கிண்ணத்தாலானது 5 மற்று பிளேடுகளுடன் டிஸ்குகள் பழச்சாறு பிழிந்திடுதலும் கொண்டது. ஸுமீத் டொமஸ்டிக் மெஷின் யூனிட்டுடன் இந்த ஃபுட் ப்ரோஸஸர் அட்டாச்மெண்டை இணைத்து, அது புரியும் அற்புதங்களைப் பாருங்கள்.



ஸுமீத்®

400 வா. 220-240 வோ ~ 30 நிமிடங்கள் ரேட்டிங்

கடுமையான சமையல் வேலைகளைச் சமாளித்திடவே கட்டுறுதியோடு உருவாக்கப்பட்டுள்ளது.

எப்போது நாங்கள் இலவசமாக இயக்கிக் காட்டுகிறோம் என்பதைக் கவனித்து வாருங்கள்—
உங்களுக்கென ஸுமீத் சிறப்பாக இயங்குவதைக் காணுங்கள்.

அயல் நாட்டு சர்வீஸ் சென்ட்டர்கள்

பஹ்ரைன்:- மூன் சூப்பர் மார்க்கெட் த.பெ. எண். 26218 பஹ்ரைன் போன்: 727278/728319/729005 **துபாய்:-** எமிரேட்ஸ் எலக்ட்ரானிக்ஸ் எஸ்டாபிளிஷ்மெண்ட், (அல்ஃபிரான் குரூப்), த.பெ. எண்-2032 துபாய், போன்: 435323/24; **குவைத்:-** மெஸர்ஸ் பாமிலி அவுஸ்ஹோல்டு சென்டர், கே.ஏ.வி. பில்டிங் எதிர்புறம், சபாத் குவைத் போன்: 433747; மெஸர்ஸ் சமீர் அவுஸ்ஹோல்டு அண்டு கிப்ட்ஸ் அவாடி மார்க்கெட் பஹாஹீல், குவைத் போன்: 910646; மெஸர்ஸ் சாரு அவுஸ்ஹோல்டு அண்டு கிப்ட்ஸ், சவுக் அல் முதாஹிடா, சால்மியா, குவைத் போன்: 434768; **ஸ்ரீலங்கா:-** ஸ்டார் ரேடியோ அண்டு இன்ஜினியரிங் கம்பெனி லிமிடெட், 26, செட்டித்தெரு, கொழும்பு ஸ்ரீலங்கா போன்: 29744; **சுல்தானேட் ஆப் ஓமன்:-** கிம்ஜி ராமதாஸ், த.பெ. எண். 19 மஸ்கட் சுல்தானேட் ஆப் ஓமன் போன்: 745601 **சிங்கப்பூர்:** பவர் கண்ட்ரோல் அண்ட் அப்ளையன்ஸஸ் (சிங்கப்பூர்) பிரைவேட் லிமிடெட், 03-32 ஆர்ச்சர்டு டவர், 400 ஆர்ச்சர்டு ரோடு, சிங்கப்பூர் 0923. போன்: 2355961 **மலேஷியா:** பவர் கண்ட்ரோல் அண்ட் அப்ளையன்ஸஸ் (மலேஷியா) எஸ்.டி.என். பி.எச்.டி. No. 19, ஜலான் 8/1D பெடாலிங் ஜெயா. போன்: 574030/561 347/561549 பவர் கண்ட்ரோல் அண்ட் அப்ளையன்ஸஸ் (மலேஷியா) எஸ்.டி.என். பி.எச்.டி. கிட்டிபிராஞ்ச்.-No. 215. பெர்டாமா காம்ப்ளெக்ஸ், ஜலான் லோரோங் அப்துல் ரஹ்மான் கோலாலம்பூர். போன்: 912410.

நான் துணிவை வரவழைத்துக்கொண்டு அடுத்த நாள் உஷாவிடம் சாவதானமாகக் கேட்டேன்.

''உஷா அந்த ஜிமிக்கியை எடேன். அதேபோல் மைதிலிக்கு ஒன்று செய்யலாம் என்றிருக்கிறேன். மாதிரிக்கு வேண்டும்.''

ஒரு நிமிடம் மௌனமாக அமர்ந்திருந்த உஷா அடுத்த நிமிடம், மடியில் முகம் புதைத்துக் கேவினாள்.

''என்னை மன்னித்து விடுங்கள் மன்னி... உங்களிடம் உண்மையைச் சொல்லவில்லை. இரண்டு வருடங்களாக பிஸினஸில் ஒரே நஷ்டம்... ஓரிரு நகைகளைத் தவிர எல்லாம் விற்றுவிட்டோம்...''

நான் திகைத்து அமர்ந்து விட்டேன்.

''நேற்று அதை ஒரு பழைய கடையில் பார்த்தேன் உஷா... ஒரு சந்தேகத்திற்காக கேட்டேன்...''

உஷா முகம் உயர்த்தாமல் விசும்பினாள்.

நான் அன்றே அவருக்கு விவரமாகக் கடிதம் எழுதிப் பணம் வரவழைத்தேன்.

பணம் கைக்கு வந்தவுடன், அந்த ஜிமிக்கியையே மீண்டும் விலைபேசி வாங்கிவந்தேன்.

''இந்தா உஷா... தவறாக நினைக்காதே.. இது என் அம்மாவின் நினைவாக இருந்த ஒரே பொருள்... ஜாக்கிரதையாக வைத்துக் கொள்... ஏதாவது பணக்கஷ்டம் என்றால் அண்ணாவுக்கு எழுதக் கூடாதா... என் னிடம் தாராளமாக எல்லாம் சொல்லலாம் இல்லையா...''

அவளுக்கு என் பேச்சு இதமாக இருந் திருக்க வேண்டும். சில நேர ஆச்சரிய ஆசுவாசத்திற்குப் பின், ''வேண்டாம் மன்னி... இதை நீங்கள் எவ்வளவு தூரம் நேசிக்கிறீர்கள் என்று நன்றாகப் புரிகிறது.. என்னிடம் இருந்தால் பழைய கதைதான்... மைதிலிக்கு ஆசை தீரப் போட்டுப் பாருங்கள்...'' அவள் பிடிவாதமாக மறுத்து விட்டாள்.

மைதிலிக்கு சந்தோஷம் பிடிபடவில்லை. கண்ணாடியை விட்டு நகரவும் இல்லை... தலையை ஆட்டி, ஜிமிக்கி ஆடும் போதெல் லாம் குழந்தையாய்க் குதித்தாள்... என் தாயே என்னைப் பார்த்துக் குதூகலிப்பது போல் இருந்தது. நான் மௌனமாகக் கண்களைத் துடைத்துக் கொண்டேன்.

சமீபத்தில் சென்னையில் பெய்த மழையால் பாதிக்கப்பட்டவர்கள் ஏராளம், அரசாங்கமும், தனிப் பட்ட சமூக சேவை நிறுவனங் களும் நிறைய உதவிகள் செய் தன. தமிழ்நாடு பிரிவைச் சேர்ந்த செஞ்சிலுவைச் சங்கம் யாரும் அணுகாத கோட்டூர்புர வாசி களை அணுகி சேவை செய்தது குறிப்பிடத்தக்கது.

வீடிழந்த ஐந்நூறு குடும்பங் களுக்கு துணிகள், அரிசி, கோதுமை, மருத்துவ உதவிகள் செய்து நிவாரணம் கண்டனர். இவ்விழாவில் திருமதி குரானு, திருமதி ஆர். வெங்கடராமன், திருமதி சரோஜினி வரதப்பன் கலந்து கொண்டு பேசினர்.



ஈகோ பெண்களுக்கும்தான்

நமக்குள்ளே ஒரு கடிதம்



"ஸ்கோர் என்ன?''

மாலையில் வீடு திரும்பிய கணவன் ஆவலுடன் கேட்கிறான். மனைவி ஸ்கோரைச் சொல்கிறாள். பிறகு, 'யாருக்கு விக்கெட்?' என்று கேட்டதற்கும் பதில் சொல்கிறாள். இதையும் கவனமாகக் கேட்டுக் கொண்டான் கணவன்.

பிறகு டி. வி. யில் விளையாட்டு முழுவதையும் பார்த்த உற்சாக மிகுதியில் மனைவி, ''கவாஸ்கர் வர்ணனையாளரின் இடத்துக்கு வந்து பேசிக் கொண்டிருந்தார். அப்போது பாருங்கள், சந்தீப் பாட்டீல் செஞ்சுரி போட்டபின்னும் பிரமாதமாக ஆடிக்கொண்டிருந்தார். அதை கவாஸ்கர் எப்படிப் பாராட்டினார் தெரியுமா? முந்திய நாள் தீபாவளியைக் கொண்டாட வாண வேடிக்கைகள் இல்லாததுதான் குறையாக இருந்ததாம்; அன்று சந்திப் அந்தக் குறையையும் தீர்த்து வைத்துவிட்டார் என்று நயம்படக் கூறினார்'' என்று சொல்லி முடிப்பதற்குள் கணவன் முகத்தைத் திருப்பிக்கொண்டு விட்டான்.

பேசிக்கொண்டிருந்தவளின் குரல் தேய்ந்து கண்களில் நீர் தளும்பி விட்டது. இந்த உதாசீனத்தை அவளால் தாங்க முடியவில்லை.

'நான் கேட்டதற்கு மட்டும் பதில் சொல்ல வேண்டும். மேற்கொண்டு பேச வேண்டியதில்லை; பேசினால் கவனிக்க மாட்டேன்!'

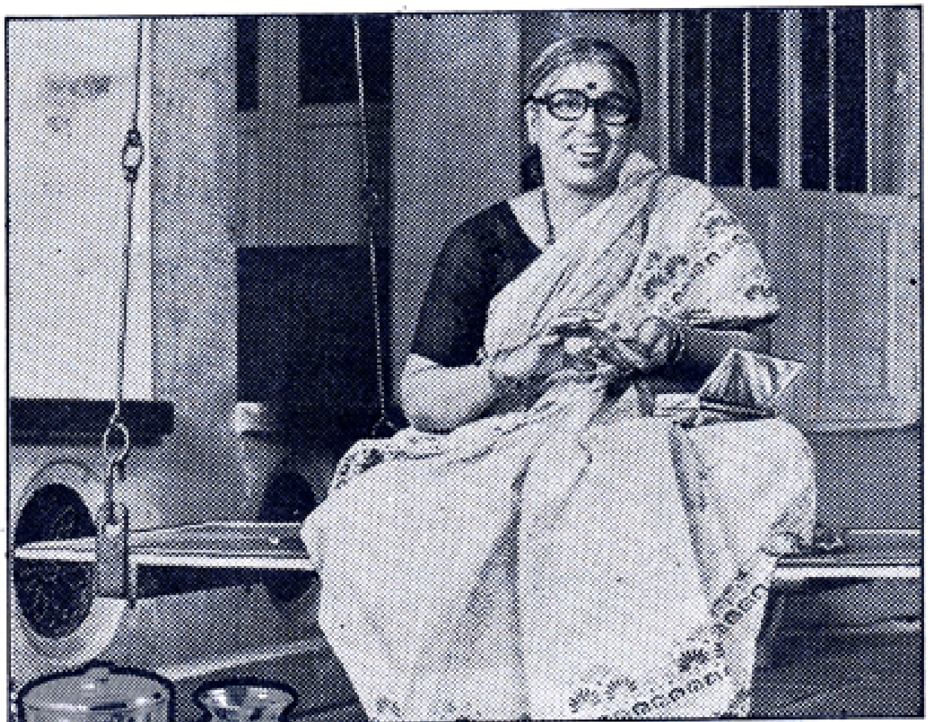
இதுதான் ஆண்களில் பெரும்பான்மையோரின் மமதையான போக்கு. இவர்களைப் போல் மனைவியும் வீட்டில் உழைக்கவில்லையா? இவர்கள் வெளியில் பல மனிதர்களைச் சந்திக்கவும் பேசவும் வாய்ப்பிருக்கிறது. வீட்டுக்குள் மனைவிக்குத் தன் கருத்துக்களைப் பரிமாறிக் கொள்ளவும், 'கமெண்ட்' அடிக்கவும் யார் இருக்கிறார்கள். எல். கே. ஜி. குழந்தையுடனும் வேலைக்காரியுடனும் கிரிக்கெட் பேசமுடியுமா? அதற்காக ஆளைத் தேடிக் கொண்டு வெளியே போனால் வீடும் குழந்தைகளும் என்னாவது?

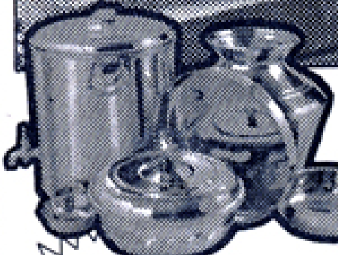
மனைவி பேசவந்த விஷயத்தில் தனக்கு ஆர்வம் இல்லையென்றாலும் சரி, அப்போது 'மூடில்' இல்லை என்றாலும் சரி சும்மா ஒரு முறை தலையசைக்கக்கூடவா முடியாது? பதில் ஏதும் வரவில்லை என்றபோதே தன் பேச்சுக்கு வரவேற்பு இல்லை என்பது அவளுக்குப் புரிந்துவிடும். தானே நிறுத்திவிடுவாள். தான் சொன்னதைக் கவனித்த வரை திருப்தியடைவாள். ஆனால் ஒரேயடியாக அலட்சியப்படுத்துவது என்பது மனிதாபிமானமற்ற செயல். அதில் சந்தேகமே இல்லை. ஏனெனில் இச்செயலால் பெண்ணின் தன்மானம் (இருப்பவர்களுக்கு) சுட்டுக் கொல்லப்படுகிறது.

கணவனின் தேவைகளுக்கு மட்டுமே பயன்படும் மனிதக் கருவிதான் மனைவியா? அவளுக்கும் ரசனைகள் இருக்கக் கூடாதா? இருந்தாலும் வாய் மூடிக் கிடக்க வேண்டுமா?

மனைவியிடம் இருக்கும் திறமையை மதித்து ஒப்புக்கொள்கிற விசால மனமும், அவள் தன் திறமையினால் ஒளிராமல் தனக்கு மட்டுமே உதவ வேண்டும் என்ற குறுகிய நோக்கமின்றியும் கணவர்கள் மாறுவதற்குக் கற்றுக் கொள்ள வேண்டும். அப்பொழுதுதான் திறமையான பெண்களின் வாழ்வில் திருமணம் ஒரு முற்றுப்புள்ளியாக இல்லாமல் தொடர்கதையாக மாறும்.

-வசந்தா





"என்னதான் சொல்லுங்கள், அந்த காலத்து சாமான்களே உசத்திதான்!

எனக்கு நினைவு தெரிந்த நாளிலிருந்து வீட்டிலிருக்கும் இந்த கருங்காலி மர ஊஞ்சல். இன்றைக்கும் சரியான நேரம் காட்டும் என் கணவரது பழைய 'பாக்கெட்' கடிகாரம். நான் முப்பது வருடங்களுக்கு மேலாக உபயோகிக்கும் கல் போன்ற எவர்சில்வர் பாத்திரங்கள்.

அந்த நாள் போல இனிமேல் வராது என்றே நினைத்தேன் — சேலம் எவர்சில்வரில் செய்த பாத்திரங்களைப் பார்க்கும் வரை.

அந்த காலத்தில் கிடைத்த பாத்திரங்களைப் போலவே நல்ல தரமானவை. கரும்புள்ளிகளோ, கறையோ பிடிக்காது. வருடக் கணக்கில் உபயோகித்தாலும் பளபளப்பு போகாது.

அனுபவப்பட்டவள் என்ற முறையில்தான் சொல்லுகிறேன். — அடுத்த முறை பாத்திரங்கள் வாங்கும்போது சேலம் எவர்சில்வரில் செய்ததுதானு என்று ஒரு வார்த்தை கேட்டுவிட்டே வாங்குங்கள்.

அந்த காலத்து பாத்திரங்கள் போல் வாழ்நாளிற்கும் உழைக்கக் கூடியவை!"

சேலம் எவர்சில்வரில் தயாரிக்கப்பட்ட பாத்திரங்கள் எல்லா பிரபலமான பாத்திரக்கடைகளிலும் கிடைக்கும்.

ஸ்டீல் அத்தாரிட்டி ஆஃப் இந்தியா லிமிடெட்.
ஒரு இந்திய அரசு நிறுவனம்

சேலம் உருக்காலை

சேலம் 636 013 தமிழ் நாடு.

சேலம் எவர்சில்வர். நம்பிக்கைக்குப் பாத்திரமான பாத்திரங்கள்.

Sista's- SSP 223/84 TM B

கருத்தடை ஊசி சர்ச்சைகள்!

–சிபி..

விரைவில், கருத்தடை இஞ்செக்ஷன், இந்தியக் குடும்ப நலத்திட்டத்தின் ஒருபகுதியாக அறிமுகப்படுத்தப்படும். கருத்தடை இஞ்செக்ஷனை சிலர் ஆதரிக்கிறார்கள். பலர் எதிர்க்கிறார்கள். இந்த சர்ச்சையின் முடிவு, கோடிக்கணக்கான இந்தியப் பெண்மணிகளைப் பாதிக்குமாகையால், இந்தக் கருத்தடை ஊசி பற்றிய, இந்திய அரசாங்கத்தின் கொள்கைகளைப் பற்றிப் பலரும் சிந்தித்துக் கொண்டிருக்கிறார்கள்.

1982–ஆம் ஆண்டு மார்ச் மாதம் இந்திய மருத்துவ ஆராய்ச்சிக் குழு கருத்தடை பற்றித் தாம் நடத்திய வெற்றிகரமான பரிட்சைகளைப் பற்றி வெளியிட்டது. இதன் மிக முக்கியமான ஒரு பகுதி இதோ – ''தற்சமயம் இந்தியாவில் பரிட்சித்துப் பார்க்கப்படும் கருத்தடை ஊசி மருந்தான 'நோர்த்திஸ்டரோன் எனந்தேட்' எனப்படும் நெட்–என் மேற்கு ஜெர்மனியிலுள்ள ஷெரிங் என்ற கம்பெனியால் தயாரிக்கப்படுகிறது. இம்மருந்தைப் பற்றிய விவரங்கள் அவ்வளவாகச் சரிவரத் தெரியவில்லை. இது உலகெங்கும் பரவலாக உபயோகிக்கப்படவில்லை. இதனுடைய, குறுகிய நீண்ட கால பக்க விளைவுகளைப் பற்றிய சரியான விவரங்கள் இல்லை.''

கருத்தடை ஊசி பற்றி, உலகெங்கும் கிளம்பியுள்ள சர்ச்சை, மெட்ராக்ஸிப்ரோஜெஸ்டரோன் அசிடேட் அல்லது டெபோப்ரோவெரா (டி.பி.) என்னும் மருந்தைப் பற்றியதாகும். இம்மருந்து அப்ஜான் என்னும் கம்பெனியால் தயாரிக்கப்பட்டு, கடந்த பதினைந்து ஆண்டுகளாகச் சுமார் எண்பது நாடுகளில் பத்து கோடிப் பெண்கள் மீது பிரயோகிக்கப்படுவதாகும்.

ஊசி மூலம் செலுத்தப்படும் கருத்தடை மருந்துகள் எல்லாவற்றிலும், பொதுவாக இந்த டெபோ ப்ரோவெரா எனும் மருந்து உள்ளதால், இம்மருந்தைப் பற்றிய சர்ச்சைகள் பற்றி அறிந்து கொள்ள வேண்டியது அவசியமாகிறது.

எப்படிச் செயல்படும்?

ஊசி மூலம் செலுத்தப்படும் கருத்தடை மருந்துகள், ப்ரோஜெஸ்டரோன் என்னும் இயற்கையான, பெண்கள் ஹார்மோனைப் போலவே உள்ள செயற்கைக் கூட்டுப்பொருளாகும். இவை கீழ்க்காணும் நான்கு விதங்களில் கர்ப்பத்தைத் தடை செய்கின்றன. 1. கர்ப்பப்பையின் வாயில் சுரக்கும் சுரப்பு



உடைய தன்மையை மாற்றி விந்துக்கள் நுழையாவண்ணம் தடை செய்வது. 2. விந்துவுடன் சேர்ந்து விட்ட கருமுட்டை, கர்ப்பப்பையினுள் பதிக்கப்பட முடியாவண்ணம் கர்ப்பப்பையின் உட்புறத்தை மாற்றுவது. 3. கருக்குழாய்கள் வழியாக, கர்ப்பப்பைக்குள் கருமுட்டை செல்லும் வேகத்தைக் குறைப்பது. 4. விந்துவும் கருமுட்டையும் ஒன்று சேர முடியாமல் தடுப்பது.

டி. பி. புரோஜெஸ்டரோனைப் போல, விந்துவும், கருமுட்டையும் சேர விடாமல் தடுக்கிறது. நாரிஜீஸ்ட் – நெட் என்– (Net - En.) எனும் மருந்து இப்பெயரில்தான் விற்பனை செய்யப்படுகிறது – கர்ப்பப்பையின் வாயில் சுரக்கும் சுரப்பினைக் கெட்டியாக்குவதன் மூலம் கர்ப்பம் ஏற்படுவதைத் தடை செய்கிறது.

பிரான்சு, ஸ்வீடன், மேற்கு ஜெர்மனி போன்ற நாடுகளிலும் வளர்ந்து வரும் நாடுகளாகிய தாய்லாந்து, பங்களாதேஷ், ஆப்பிரிக்கா, லத்தீன் அமெரிக்கா போன்றவற்றிலும் பயன்படுத்தப்படும் கருத்தடை ஊசி மருந்துகளில் சுமார் 98 சதவிதம் டி. பி. என்ற இந்த மருந்துதான் பயன்படுத்தப்படுகிறது. இந்தியாவில் இந்த டி.பி. மருந்து இன்னும் அதிகார பூர்வமாக அங்கீகரிக்கப்படவில்லை. ஆனாலும், தனிப்பட்ட முறையில் குடும்ப நலத்திட்ட ஊழியர்கள் நம் நாட்டின் பல பாகங்களிலும் இந்த டி.பி.யை உபயோகிக்கிறார்கள். இந்தியாவில் நெட்–என் என்ற மருந்து பரிட்சித்துப் பார்க்கப்பட்டது. இம்மருந்து சுமார் பதினொன்று ஆராய்ச்சி நிலையங்களில் இரண்டாயிரத்து அறுநூறு பெண்களிடம் பரிட்சிக்கப்பட்டதையும், கடுமையான பக்க

விளைவுகள் பற்றி எதுவும் ரிப்போர்ட் செய்யப்படவில்லை என்றும் இந்திய மருத்துவ ஆராய்ச்சிக் குழு டெபுடி டைரக்டர் ஜெனரல் கூறியுள்ளார்.

ஊசி மூலம் ஏன் கருத்தடை மருந்து செலுத்தப்பட வேண்டும்?

மாத்திரைகளைப் போலவே, கருத்தடை செய்வதில், ஊசி மருந்தும் பயனளிக்கிறது என்று கூறப்படுகிறது. ஒருமுறை ஊசி போட்டுக் கொண்டால் சுமார் மூன்று மாதங்களுக்குக் கருத்தரிக்காது என்று கூறப்படுகிறது. சுலபமாகவும், விரைவாகவும் இம்மருந்தை உடலில் செலுத்த முடியும். மாத்திரை சாப்பிடச் சில சமயம் மறந்து போகலாம். ஆனால் இதில் அந்தக் கஷ்டம் இல்லை. மாத்திரை உட்கொள்ளும்போது அம்மாத்திரையிலுள்ள ஈஸ்ட்ரோஜனால் ஏற்படும் பக்கவிளைவுகளை, கருத்தடை ஊசி போட்டுக் கொள்வதன் மூலம் தடுக்கலாம்.

பருப்புக் குழம்பிற்கு பொடி போட்டுச் செய்பவர்கள் குழம்பு நன்றாகக் கொதித்ததும் இறக்கும் போது சிறிது தனியாவுடன் தேங்காய்த் துருவலையும் வறுத்துக் கொண்டு பொடி செய்து போட்டால் மிகவும் ருசியாகவும், வாசனையாகவும் இருக்கும்.

—ஸ்ரீமதி.

ஆனால் இங்கே ஒன்றை நாம் கவனத்தில் கொள்ள வேண்டும். கருத்தடை ஊசி போட்டுக் கொள்ளும் போது ஏற்படும் அதிகமான உதிரப் போக்கைத் தடுக்க சில சமயங்களில் ஈஸ்ட்ரோஜன் கலந்த மாத்திரைகள் கொடுக்கப்படுகிறது. ஆகவே, ஈஸ்ட்ரோஜனின் விளைவுகளை, கருத்தடை ஊசி அறவே தடை செய்கிறது என்று கூற முடியாது.

டி.பி.கருத்தடை ஊசி போட்டுக் கொள்ளும் போது கீழே கூறியுள்ள விளைவுகள் ஏற்படுவதாகக் கூறப்பட்டிருக்கிறது. 1. முதலில் அதிக உதிரப் போக்கு ஆரம்பித்துப் பிறகு மாதாந்திரத் தீட்டு நின்றுவிடுவது. 2. நடுநடுவே திடீரென்று, சிறு அளவு (சொட்டுச் சொட்டாக) உதிரம் வெளிப்பட்டு பிறகு மிக அதிகமான உதிரப்போக்கு 3. எடை அதிகரிப்பது. 4. மன உளைச்சல். தலைவலி ஏற்படுவது. 5. கூந்தல் உதிர்வது. இவை பெண்களுக்குச் சொல்ல முடியாத அசௌகரியங்களையும், கஷ்டங்களையும் விளைவிக்கிறது.

புற்றுநோய் வருகிறதாம்!

இந்த டி. பி. மருந்தை சிறிய வேட்டை நாய்களின் மீது பிரயோகித்துப் பார்த்ததில் அவைகளின் மார்பகங்களில் கட்டி வளர்ந்தது என்றும், ரீசஸ் குரங்குகள் என்ற ஒரு வகைக் குரங்குகள் மீது பிரயோகம் செய்ததில், அவைகளின் கர்ப்பப்பையில் புற்று நோய் ஏற்பட்டது என்றும் ஆராய்ச்சியாளர்கள் கூறுகிறார்கள். இதைப்போல, ஆராய்ச்சி முடிவுகளுக்குக் கொடுக்கப்படும் விளக்கங்களே டி. பி. மருந்தின் நீண்டகாலப் பாதுகாப்பைப் பற்றிய சர்ச்சைகள் எழக் காரணமாக இருக்கின்றன.

டி. பி.யைத் தொடர்ந்து உபயோகித்துப் பிறகு நிறுத்தும்போது, மிகத் தாமதமாகவே கருத்தரிக்கும் தன்மையைப் பெறுகிறார்கள் என்றும், கருத்தரிக்கும் தன்மையை நிரந்தரமாகவே இழந்து விடுகிறார்கள் என்றும் ஆராய்ச்சியாளர்கள் கூறுகிறார்கள். கருத்தரிக்கும், தன்மையை மீண்டும் பெறுவது பற்றி நிச்சயமற்ற தன்மை இருப்பதால், இனிமேல் நிச்சயமாக குழந்தை வேண்டாம் என்று தீர்மானிக்கும் பெண்களே இந்த டி. பி. மருந்தை உபயோகிக்க வேண்டும் என்று உலக சுகாதார ஸ்தாபனம் சிபாரிசு செய்திருக்கிறது.

சிலசமயம் தாங்கள் கர்ப்பமாகி இருப்பதைத் தெரிந்து கொள்ளாமலே (உதாரணமாக, குடும்பநலத் திட்ட முகாம்கள் நடக்கும்போது, திரள் திரளாக வந்து, இந்த ஊசியைப் போட்டுக் கொள்ள ஏற்பாடு செய்யப்படும்போது, ஒவ்வொரு பெண்ணையும், சரியாகப் பரிட்சை செய்து பிறகு ஊசி போடுவது சாத்தியமில்லை.) இந்த இஞ்செக்ஷனைப் போட்டுக் கொள்ளும் போது, கருவிலிருக்கும் குழந்தைக்கு ஆபத்து ஏற்படுகிறதா என்பது பற்றிச் சரியான ஆராய்ச்சிகள் நடத்தப்படவில்லை.

கருத்தடை மாத்திரைகள், தாய்மாரின் பால் கொடுக்கும் சக்தியைக் குறைப்பது போல, டி. பி. கருத்தடை ஊசி செய்வதில்லை என்றாலும், தாய்ப்பால் சுரக்கும் போது இம்மருந்தும் சுரக்கப்படுகிறது. இம்மருந்து கலந்த தாய்ப்பாலைக் குடிக்கும் குழந்தைகளுக்கு ஏற்படும் விளைவுகளைப் பற்றிச் சரியான விவரம் இல்லை. அக்குழந்தை வளர்ந்து பருவமடையும் நிலையில் தான், மருந்தின் விளைவுகள் அறியப்படலாம்.

அடிக்கடி கருத்தரிப்பதால் பெண்கள் இறப்பு விகிதம் அதிகமாகிறது. இந்த ஆபத்துக்களை விட கருத்தடை ஊசியால் ஏற்படும் ஆபத்துக்கள் எண்ணிக்கையில் குறைவு



இதோ எளிதில் உபயோகிக்கக்கூடிய ஒரு
ஹேர்-டை, மிகமிகக் குறைந்த விலையில்!
கோத்ரெஜ் பவுடர் ஹேர் டை கான்ஸென்ட்ரேட் உங்களுக்காகவே விசேஷமான கலவை முறையில் தயாரிக்கப்படுகிறது.
இந்தியாவில் பவுடர் ஹேர் டை கான்ஸென்ட்ரேட் இது ஒன்றே. இது தானாகவே பரவுகிறது. ஆகவே நீங்கள் சிறிதளவே உபயோகித்தால் போதும்!
மிகமிக முக்கியம், நீங்கள் நம்பமுடியாத அளவுக்கு குறைவான விலையில் இது கிடைக்கிறது!
கலப்பது சுலபம்
இந்தப் பவுடரை சிறிதளவு நீருடன் கலக்கவும். உபயோகிப்பதற்கு இப்போது தயார்.
உபயோகிப்பது சுலபம்
இதை சிரமமின்றி இலேசாகத் தடவுங்கள். தானாகவே ஒரே சீராக, மென்மையாக முடிமீது பரவி விடுகிறது.
உங்கள் கேசத்துக்கு இளமையான அழகுத் தோற்றத்தைத் தருகிறது!
Self Spreading
Godrej
POWDER HAIR DYE
CONCENTRATE
இந்தியாவில் தானாகவே பரவும் பவுடர் ஹேர்-டை இது ஒன்றே.
Godrej
பவுடர்
ஹேர்-டை
கான்ஸென்ட்ரேட்
CLARIAN/GS/11/203 TAM
தரமோ நீங்கள் நாடுவது விலையோ உங்களுக்குப் பிடித்தமானது.

என்ற எண்ணத்தில் கருத்தடை ஊசியைச் சிலர் ஆதரிக்கிறார்கள்.

கடுமையான பக்க விளைவுகள்

கருத்தடை ஊசியால் ஏற்படும் கடுமையான பக்க விளைவுகள், நீண்ட காலப் பாதுகாப்பு பற்றிய சந்தேகம், போன்ற காரணங்களுக்காக டி.பி. எதிர்க்கப்படுகிறது. நீண்ட கால உபயோகத்திற்கு, இக்கருத்தடை ஊசி அனுமதிக்கப்பட்டால், கறுப்பர்கள், ஏழைகள் மீது பிரயோகிக்கப்பட சந்தர்ப்பங்கள் உண்டு என்பதாலும், அவ்வாறு பயன்படுத்தப்படும்போது, இந்த ஊசியால் ஏற்படும் விளைவுகளை அம்மக்களுக்கு எடுத்துச் சொல்லாமல், பயன்படுத்துவதற்கு சாத்தியக் கூறுகள் உண்டு என்பதாலும், மேற்கத்திய நாடுகளில் இதற்கு எதிர்ப்பு இருக்கிறது.

சிறுபான்மையோரான கறுப்பர்கள் ஏழை மக்கள் மீது பிரயோகம் செய்யப் பயன்படுத்தப்படும் என்ற அச்சம் பணக்கார நாடுகளிலேயே இருக்கிறது. பெரும்பான்மையான பெண்கள் ஏழைகளாக இருக்கிற, வளர்ச்சியடைந்து வரும் நாடுகளில், இம்மருந்தை உபயோகிப்பது, கொலை செய்வதற்குச் சமமானது என்ற கருத்தும் இருக்கிறது.

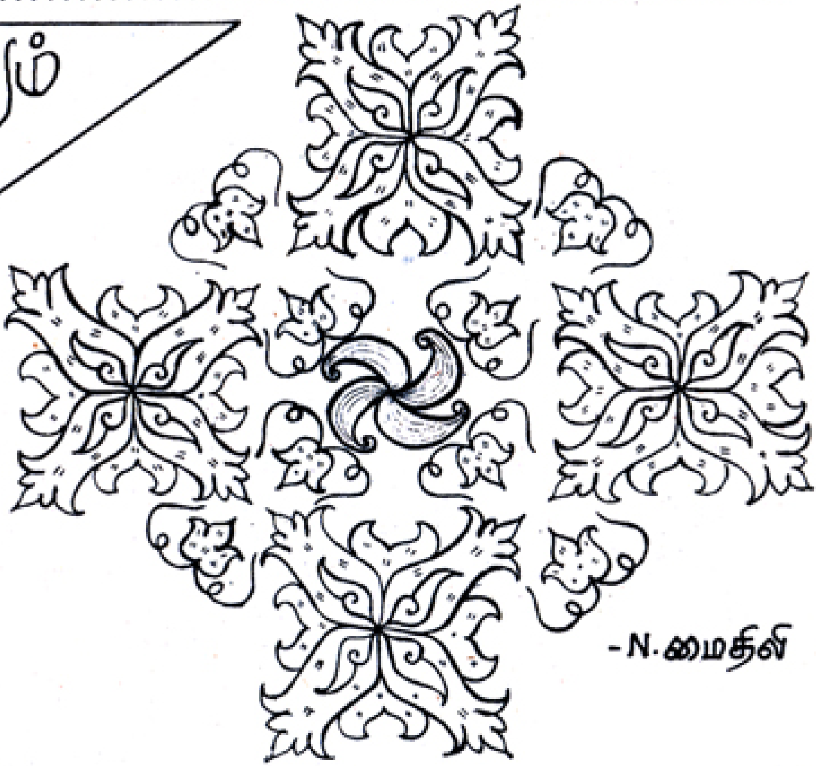
ஊசி என்றாலே நல்ல மருந்து தான் என்று நம்பும் மக்களையுடைய இந்தியா போன்ற நாடுகளில் (உடனே ஊசி போடும் டாக்டர் தான் திறமையானவர் என்ற எண்ணம் இந்தியாவில் பலருக்கு உண்டு.) இந்த ஊசியைத் துஷ்பிரயோகம் செய்யச் சந்தர்ப்பங்கள் உண்டு.

இந்த ஊசியால் ஏற்படும் பக்கவிளைவுகள், புற்றுநோய் போன்றவற்றைத் தம்மைப் பாதித்தாலும் பரவாயில்லை, கருத்தடை செய்து கொள்ள வேண்டும் என்று மிகத் தீவிரமாக இருக்கும் பெண்கள், இந்த ஊசியைக் கேட்டுப் போட்டுக் கொள்ளும் பெண்கள் இருக்கும் இந்நாட்டில், இது மிகவும் கவலையை உண்டாக்கக் கூடிய ஒன்றாகும். ஊசியால் ஏற்படும் கடும் விளைவுகள் பற்றித் தெரிந்திருந்தும் இந்த ஊசியை விரும்பிப் போட்டுக் கொள்வதற்கும், இவ்விளைவுகள் பற்றித் தெரியாமலேயே இந்த ஊசியைப் போட்டுக் கொள்வதற்கும் பெரிய வித்தியாசம் இருக்கிறது.

—நன்றி: சயன்ஸ் டுடே.

- ராஜி

கோலம்



- N. மைதிலி

15

நீல் வியப்பை மறைத்துக் கொண்டு, அவன் தன் சுபாவிக 'பளிச்' புன்னகையைக் காட்டி முன்னால் நகர்ந்து,

''ஹாய் மாலு!'' என்றான்.

''என்ன இந்தப் பக்கம் திடீர்னு?'' என்று விட்டுப் பக்கத்தில் நீலிப் இருப்பது ஞாபகம் வந்து இருவரையும் அறிமுகப்படுத்தினான்.

ஒரு நிமிஷம் மேலோட்டமாகப் பேசி விட்டுத் நீலிப் கிளம்பினான். தனக்கு வகுப்பு இருக்கிறதென்று.

''வா, நடந்துண்டே பேசுவோம். என்ன சமாச்சாரம் சொல்லு. விட்டுப் பக்கம் வந்து ரொம்ப நாளாச்சே நீ?''

''ஆபீஸ்லே வேலை ஜாஸ்தி மாலு!'' என்றான் அவன் ஆகாயத்தையும் அங்கங்கே தென்பட்ட மாணவ மாணவிகளையும் ஆராய்ந்தபடி.

அவனைக் கூர்மையாகக் கவனித்தபடி மாலு சொன்னாள்.

''பார்த்தா உடம்பு சரியில்லாதவன் மாதிரி இருக்கே.''

அவன் அவளைப் பார்க்காமல் எங்கேயோ பார்த்தான். ''உடம்புக்கு ஒண்ணும் இல்லே!''

''பின்னே?''

''ஏதாவது சமாச்சாரம் இல்லேன்னு வேலை மெனக்கெட்டு இத்தனை தூரம் என்னைத் தேடிண்டு ஜே. என். யூவுக்குள்ளே நுழைஞ்சிருக்க மாட்டே!''

''என்னவோ, எனக்கே ஒண்ணும் புரியல்லே மாலு!'' என்றான் அவன் சோர்வுடன். ''மனுஷ சுபாவத்தைப் புரிஞ்சுக்கற சக்தியே எனக்கு இல்லையோன்னு இப்பப் பயமாயிருக்கு.''

அவனுடைய குரலில் இருந்த அயர்வு அவளை உலுக்கிற்று.

எல்லைகளின் விளிம்பில்

வாஸந்தி



''என்ன சமாச்சாரம் பாலு?''

அவனுடைய முகம் லேசாகச் சிவந்து உணர்ச்சி வசப்பட்டிருந்தது.

சித்ராவிடம் இவன் மாட்டிக் கொள்வதற்கு முன் தங்கள் இருவருக்கும் இடையே இருந்த நெருக்கம் அவளுக்கு நினைவு வந்தது. இப்பொழுது அவன் நின்ற நிலையும், தெரிவித்த வருத்தமும் கிட்டத்தட்ட அந்தப் பழைய நாளைய நெருக்கம் போல் நிலைமை ஏற்பட்டது.

''கல்யாணத்திற்கு முன்னாடி நீ சொன்ன எச்சரிக்கையெல்லாம் சரியானதுதான்னுத் தோணறது மாலு!''

அவள் பதில் பேசாமல் குனிந்த பார்வையுடன் நடந்தாள். ஒரு சின்ன வார்த்தை பதிலுக்குச் சொன்னாலும் அவன் வெடித்து விடுவான் என்று தோன்றிற்று.

''அவர்களுடைய பார்வையும் வாழ்க்கை முறையுமே வித்தியாசமானது!'' என்றான் ஆங்கிலத்தில் அவன் தொடர்ந்து.

''எல்லா வீடும் மனுஷாளும் ஒரேமாதிரி இருக்க முடியாது பாலு!'' என்றாள் அவள் மிருதுவாக.

''கல்யாணத்துக்கு முன்னாடி எனக்கு அவர்கள் காட்டிய முகமே வேற! இப்போ காண்பிக்கறதே வேற!''

மனசில் இருப்பதை அவன் தானாகக் கொட்டட்டும் என்று அவள் இதமான மௌனத்துடன் நடந்தாள்.

''எங்கிட்ட முன்னே காட்டின பிரியமும் மரியாதையும் சித்ராவும் அவ அப்பாவும் இப்ப காட்டறதில்லே!''

அவள் அவன் தோளை சிநேகிதத்துடன் பற்றினாள்.

''ஓ கமான் பாலு! இந்தப் போலி கௌரவமெல்லாம் நீ எதிர்பார்க்கிறாயா? அந்த வீட்டைச் சேர்ந்தவனா நீ போனப்புறம் வெளி மனுஷனை நடத்தற மாதிரி செயற்கையா நடத்தணும்னு எதிர்பார்க்கறியா?''

''வீட்டைச் சேர்ந்தவனுட்டமா நடத்தினா என்ன குறை? வீட்டிலே இருக்கிற நினைப்பே இல்லாம நடத்துண்டா எப்படியிருக்கும்.''

இன்றைக்கு என்னமோ நடந்திருக்க வேண்டும். அதுதான் இவன் கோபத்துக்குக் காரணம் என்று அவள் நினைத்துக் கொண்டாள்.

''சித்ரா செல்லமா வளர்ந்த பொண்ணு பாலு! அம்மாவும் இல்லாம வளர்ந்தவ.



யாரும் கண்காணிக்க வீட்டிலே இல்லாததுனாலே தன் இஷ்டப்படி இருந்துப் பழக்கப் பட்டவ. அதை நீ புரிஞ்சுகண்டு அட்ஜஸ்ட் பண்ணிக்கக் கத்துக்கணும்!''

''எனக்குப் பொறுமை போயிடும் போல இருக்கு மாது! ஒருநாள் கூட நா ஆபீஸ் போறதுக்குள்ளே எழுந்திருக்கறதில்லே. ஆபீஸ்லேர்ந்து திரும்பும் போது வீட்டிலே இருக்கறதில்லே, பணக்காரின்னு என்ன ஒரு அடிப்படை இங்கிதம் வேண்டாமா. இஷ்டப் பட்டுத்தானே என்னைக் கல்யாணம் பண்ணிண்டா?''

இதற்கு என்ன பதில் சொல்வதென்று அவள் திகைத்தாள். நமிதா குப்தாவின் வார்த்தைகள் ஞாபகத்திற்கு வந்தன. மறுபடியும் அடிவயிற்றில் ஒரு சங்கடம் ஏற்பட்டது.

''அதனாலே தான் அம்மாவை நா ஆரம் பத்திலிருந்தே அந்த வீட்டுக்கு வந்து இருக்க வேண்டாம்னு கட் பண்ணிட்டேன். எனக்கே தாங்கல்லே. அம்மாவுக்குளெப்படியிருக்கும்?''

வீட்டில் மாக்கோலம் போடும் போது, அந்த மாவில் சோற்றி விருந்து வடித்த கஞ்சியைச் சேர்த்துப் போட்டால் இழைக் கோலம் போட்டது போலப் பளிச்சென்று இருக்கும். நீண்ட நாள் வரை கோலம் இருக்கும்.

—குப்பம்மாள்.

ஓ, இவனுக்குத் தேனிலவின் போதே அவள் சுபாவம் தெரிந்திருக்க வேண்டும்...!

''பொறுமையாயிரு மாது. தன்னாலே சரியாப் போயிடுவ.''

''எனக்குத் தோணல்லே!'' என்றான் அலுப்புடன்.

''இதப்பார். நீ இப்போ அலுத்துக்கற திலே பிரயோஜனமில்லே. அவளை ரொம்ப தீவிரமாகக் காதலிச்சுக் கல்யாணம் பண்ணிண்டிருக்கே. அவளை ஏத்துக்கறதுன்னு எப்ப முடிவு பண்ணினியோ அவளுடைய குறைகளையும் சேர்த்து நீ அவளை ஏத்துண்டேன்னு அர்த்தம்! இப்பக் கோபப்பட்டு என்ன லாபம்? ஒண்ணு, அவளை மாத்தப் பாரு! இல்லே அவ வழிக்கு உன்னை அட்ஜஸ்ட் பண்ணிக்கோ.''

''எப்படி அட்ஜஸ்ட் பண்றதுன்னு புரியல்லே மாது!''

''யூ மஸ்ட் ட்ரை!'' என்றாள் அவள் மென்மையாக. ''இரண்டு தனிப் பிரகிருதிகள் சேர்ந்து வாழறதுங்கறது ரொம்பப் பெரிய விஷயம் பாநு! நம்ப அம்மா அப்பா காலத்திலேயெல்லாம் இது அவ்வளவு கஷ்டமான காரியமா இருக்கல்லே. இப்ப ரொம்பக் கஷ்டம். எதிர்பார்த்தது கிடைக்கல்லேன்னு அதிகப் பொறுமையோடு இருக்கணும்.''

சற்று நேரம் இருவரும் மௌனமாக நடந்தார்கள்.

''எனக்கு நிஜம்மாவே குழப்பமா இருக்கு மாது. கல்யாணத்துக்கு முந்தி எனக்குத் தெரிஞ்ச நாகநாதன் வேற. இப்பத்தான் பல விஷயங்களிலே எனக்குச் சந்தேகம் வரது. தில்லுமுல்லு நிறைய பண்ணுவாரோன்னு. என் ஆபீஸ்லே முன்னே பராபரியாக் காதிலே விழுந்ததை நான் நம்பலே...''

''மூணு மாசத்துக்கு முந்திதானே?'' என்று அவள் மெல்லச் சிரித்தாள்.

''சரி! இப்ப விடு! அதெப்பத்தி என்ன? உலகத்திலே தில்லுமுல்லு பண்றவங்க தான் அதிகம். நீ எதிலேயும் பட்டுக்காம ஒதுங்கி இருக்கப் பழகிக்கோ, அவ்வளவு தான்...''

''எந்த அளவுக்கு நான் ஒதுங்கி இருக்க முடியும்னு தான் புரியல்லே. சித்ராவுக்கு அவளுடைய அப்பா சொல்றதெல்லாம் சரி. நியாய அநியாயத்தைப் பத்தியெல்லாம் கவலையில்லே...''

அவள் சில விநாடிகள் யோசனையில் ஆழ்ந்தாள். இவன் மனசுக்கும் கொள்கைக்கும், கொஞ்சமும் பொருந்தாத ஏதோ விஷயம் இன்று நடந்திருக்க வேண்டும் என்று தோன்றிற்று. அதனால் தான் இவன் இன்று இத்தனைக் கலங்கிப் போய் வந்திருக்கிறான்.

அவனுடைய கையைப் பற்றி அவள் மிருதுவாகச் சொன்னாள்.

''உனக்கு நியாயம்னு படற வழியிலே தான் நீ நடக்கணும் பாநு. அதெப்பத்தி உனக்கு எந்தச் சந்தேகமும் இருக்கக் கூடாது. நியாயத்துக்கு எப்பவும் ஜய முண்டு!''

பாநு வெறுப்புடன் வாய் விட்டுச் சிரித்தான்.

''ரியலி, இஸ் இட்? அநியாயம் பண்றவன் தான் கொழிக்கறான்! பெரிய மனுஷனா சமூகத்திலே வளைய வர்றான். அம்மா சொல்ற மாதிரி நீ பண்ணிக்க மாட்டேன்னு சொன்னதாலே அந்த வெங்கடேசனுக்கு என்ன குறைஞ்சுப் போச்சு? ஜாம் ஜாம்னு பெரிய இடத்திலே கல்யாணமாச்சு!''

''அதனாலே என்ன? அவன் கட்சி நியாயம்னு ஆயிடுமா? அவளைக் கல்யாணம் பண்ணிண்ட பெண்ணோட பலவீனத்தை அது காண்பிக்கிறது. அவனுடைய ஜயத்தை இல்லே. என் கொள்கையை நான் காப்பாத்திண்டேன் என்கிற வரை எனக்கு ஜயம். எனக்கு என் மனச்சாட்சி கிளியரா இருக்க வேண்டியது ரொம்ப முக்கியம். பாக்கி எதுவும் எனக்கு முக்கியமில்லே.''

''அப்படி இருக்கத்தான் நா முயற்சி பண்றேன். அதிலே தான் போராட்டம் வரது.''



கற்பனை பல சிறகடிக்க
இளமை ஊஞ்சலாடும் அழகி.
அவள் நெஞ்சைக் கவர்ந்தவை பல.
மெல்லத் தவழ்ந்து செல்லும் நீரோடை.
செல்லமாக வீசும் தென்றல்.
உள்ளம் கவர்ந்த கட்டழகன்.
கொள்ளை அழகு மலர்கள்.
பளபளப்பான நீண்ட கூந்தல்.
அக்கூந்தலுக்கு
வி.வி.டி.தேங்காய் எண்ணெய்...

V.V.D

வி.வி.டி. தேங்காய் எண்ணெய்

இயற்கைக் கூந்தலின் இளமை ரகசியம்



V.V.D

EP-VVD-4/84

அவள் அனுதாபத்துடன் சிரித்தாள். ''உன் கொள்கைப்படி நீ நடந்துக்கணும்னு போராடித்தான் ஆகணும் 'யார்'!''

அவன் அவளை நிதானமாகப் பார்த்துப் புன்னகைத்தான்.

''ஐ ஸப்போஸ் யூ ஆர் ரைட் மாலு!''

அவள் சிரித்தாள்.

''முகத்தைத் தொங்கப் போட்டுண்டே நிக்காதே யார்! டேக் இட் ஆஸ் எ சாலஞ்ச்!''

அவன் கிளம்பிப் போய் வெகு நேரத்துக்கு மனசு சஞ்சலமேற்பட்டது. கூடவே ஒரு சமாதானமேற்பட்டது. பாலு விழித்துக் கொண்டு விட்டான்! அவள் நினைத்ததை விட வேகமாக!

ஆனால் அவனுக்கு இன்னும் சித்ராவின் பழைய சரித்திரம் தெரியாது என்று தோன்றிற்று. அவளுக்கு ஏற்கெனவே வேறு ஒருத்தனுடன் ஒரு தேனிலவு ஆகியிருக்கிறது என்று தெரிந்தால் இவன் என்ன செய்வான்? சுக்கலாக உடைந்தல்லவா போய் விடுவான்? என்றாவது ஒரு நாள் தெரியாமல் போகப் போகிறதா?

நாகநாதன் ஏதோ காரணத்துக்காகத் தான் இவளைத் தன் மருமகனுக்கிச் சொன்னிருக்கிறார்.

மேல் மட்டத்தைச் சேர்ந்தவள் இல்லை என்பதைத் தவிர பாலுவுக்கு எந்தக் குறையும் இல்லை என்று அவர் தீர்மானித்திருக்க வேண்டும். அதன்படிக்கு வெகு சாமர்த்தியமாக வலையை விரித்திருக்க வேண்டும். சித்ரா அவருடைய யோசனைக்கெல்லாம் ஏன் கீழ்ப்படிந்தாள் என்று நினைத்து ஆச்சரியமேற்பட்டது. குப்தாவின் பிள்ளையை அவள் கல்யாணம் செய்து கொள்ள முடியாமற் போனதில் அவளுக்கு ஏமாற்றமில்லையா?

சுயநலவாதியான அவளுக்கு யார் மீதும் ஆழமான உணர்வுகள் இருக்குமா என்று சந்தேகம் ஏற்பட்டது. நாகநாதனுக்கு பாலுவை வளைக்க ஒரு காரணம் இருந்திருந்தால் இவளுக்கு வேறு காரணம் இருந்திருக்க வேண்டும்.

ஆக, மொத்தத்தில் பாலு மாட்டிக் கொண்டான்... இன்று அவன் மனநிலையைப் பார்த்தால் அவனுக்கு ஏற்படப் போகும் அடிகள் சாமான்யமாக இருக்கும் என்று தோன்றவில்லை. அவற்றைத் தாங்கிக் கொள்ளும் உறுதி அவனுக்கு இருக்குமா என்று அவளுக்குக் கவலை ஏற்பட்டது. மாமனுடன் கொள்கை அளவில் அவன் மோத நேர்ந்தால் உத்தியோக ரீதியில் அவனது எதிர்காலத்தை அது பாதிக்கலாம்...

''மாலு...!''

அவள் சரேலென்று சுயநினைவுக்கு வந்தாள்.

திலீப் எதிரில் நின்றிருந்தான்.

''ஏய், என்ன ஆயிற்று உனக்கு?'' என்று விளையாட்டாக அவள் தோளைக் குலுக்கினான்.

''பாலு சந்தோஷமாக இல்லை திலீப்!''

அவன் ஒரு விநாடி மௌனத்திற்குப் பிறகு ''இது எதிர்பார்த்ததுதானே?'' என்றான்.

''ஓரளவுக்கு!'' என்றாள் அவள் யோசனையுடன்.

''இத்தனைச் சீக்கிரத்தில் அவன் ஏமாற்றமடைவான் என்று நான் எதிர்பார்க்கவில்லை!''

''கவலைப்படாதே மாலு'' என்றான் அவன் மென்மையாக.

''அவன் தெளிந்து விடுவான். வாழ்க்கை என்பதே போராட்டம்தான்.''

''ஒ, வேண்டாத அவஸ்தையில் தானாக மாட்டிக் கொண்டான், கண்ணை மூடிக் கொண்டு!'' என்றாள் அவள் துயரத்துடன்.

திலீப் தீவிரமாக அவளைச் சில விநாடிகள் பார்த்தான். எந்த நேரமும் இவனது மிருதுவான மெல்லிய அதரங்களில் புன்னகை மலர்ந்திருப்பதை அவள் கவனித்தாள்.

''முக்கால்வாசிக் கல்யாணங்கள் தப்பானவைதான் மாலு. வெகுசில திருமணங்கள் தான் வெற்றி அடைகின்றன.''

அவள் விளையாட்டாகச் சிரித்தாள். ''உன் திருமணம் வெற்றிகரமாக இருக்கும் கவலைப் படாதே!''

''எப்படிச் சொல்கிறாய்?''

அவன் குரலில் ஒரு அசாதாரண ஆர்வம் தொனித்தது.

''நீ பாலு மாதிரி தப்புப் பண்ண மாட்டே! உனக்கு ஏற்ற பெண்ணைத்தான் தேர்ந்தெடுப்பே!''

அவனுடைய அதரங்களில் இருந்த புன்னகை சற்றுப் பெரிதாய் விரிந்தது. வரிசைப் பற்கள் மீசைக்கடியில் பளீர் என்று மின்னின.

''நான் தேர்ந்தெடுத்து விட்டேன் மாலு!'' என்றான்.

அவள் புருவத்தை உயர்த்தித் தனது சுவாபாவிக நிர்மலச் சிரிப்பு சிரித்தாள்.

''கங்க்ராட்ஸ் யார்!'' என்றாள் வெகுளியாக.

(தொடரும்)

எண்ணெய் விடாத ஊறுகாய்

ஊறுகாய் போட எண்ணெய் நிறைய வேண்டும் என்று கவலைப்படுகிறீர்களா? எலுமிச்சம் பழம் ஒரு டஜன் வாங்கிச் சிறிய துண்டுகளாக நறுக்கி ஒரு ஜாடியில் போட்டு உப்பும் மஞ்சள் பொடியும் போட்டுக் குலுக்கி வைக்கவும். நன்றாக ஊறியதும் அதற்குத் தேவையான மிளகாய்ப் பொடியைப் போட்டு, அதே அளவுள்ள வெல்லத்தை நன்றாகக் கட்டியில்லாமல் தட்டி அதன் கூடப்போடவும். எல்லாவற்றையும் நன்றாகக் கலந்து மூடிவைக்கவும். தினமும் கிளறவும். இரண்டு நாள் கழித்துச் சேர்ந்ததும் ஊறுகாயைத் தொட்டுக்கொள்ள மிகவும் ருசியாக இருக்கும். ஒரு மாதம் வரை கெடாது. —சாரதா ராமசுவாமி

சொல்ல விரும்புகிறோம்



■ தலைவர்கள் பார்வையில் ஆச்சரியமான தலைவி — அரசியல் வாதிகள் பார்வையில் தேர்ந்த ராஜதந்திரி — ஏழைகளின் நோக்கில் ஏழைப் பங்காளி — பெண்களின் பார்வையில் சிறந்த தோழி — என்றெல்லாம் வாழ்ந்திட்ட ''பெண்ணரசி இந்திரா''வைப் பற்றிய — திருமதி மஞ்சுளா ரமேஷின் —கட்டுரை இதுநாள் வரை வெளிக் கொணர முடியாதிருந்த எங்கள் உள்ள உணர்வுகளை வெளிப்படுத்தியது. ''கிரீடம்'' அணிந்த வீரத்தாயைப் படத்தில் கண்ட போது கண்களில் நீர் சிந்த அவரது ஆத்மா சாந்தியடைய வேண்டி நின்றோம்.

பா. கிருஷ்ணதாஸ், கும்பகோணம்.

■ குனிந்த இந்தியனின் தலை நிமிரப் பெண் பிள்ளைகள் அனைவரையும் இந்திராவின் பிள்ளைகளாக, வீராங்கனைகளாக வளர்க்க வேண்டும்.

செள. கவிதா, மன்னார்குடி.

■ நீலா ராமமூர்த்தி அவர்களின் ''திரும்பத் திரும்ப'' கதையின் கடைசி வரியான ''என்னுட்டமா ஒரு வட்டத்துக்குள் சுற்றிக் கொண்டிருந்தது. எதிர்ப்புறத்துச் சுவற்றுக் கடிகாரம்!'' என்ன வரிகள் இவை! உடம்பு சிலிர்த்துப் போய் விட்டது.

ப. வை. கமலவேணி, மயிலாடுதுறை.

■ பம்பாயிலிருந்து வந்த புற்றுநோய் பீடித்திருந்த பெண்ணுக்காகப் பத்தே நாட்களில் எண்பதாயிரம் வசூல் செய்து கொடுத்த தென் சென்னை அரிமா சங்கத்தின் சேவையைப் பாராட்டத்தான் வேண்டும். பெண் குலத்திற்கே பெருமை தேடித் தந்திருக்கிறா்கள்.

சுவாமி்நாதன், சீர்காழி.

■ பெண்கள் புடவை, நகை பித்தர்களா? என்று வினா எழுப்பிக் கொண்டு மகளிர் இவர் கலந்து உரையாடிய விதம் சுவையாகவே இருந்தது. ஆனால் தீர்மானமாக எந்த ஒரு முடிவுக்கும் எவரும் வராதது நிறைவை அளிக்கவில்லை.

எம். ஆர். மனோகர், சென்னை—1.

■ குந்தவை எழுதிய ''கை கொடுக்கும் வளையல்'' குறுநாவல் ஒரு அற்புதமான இலக்கியப் படைப்பு. குறுநாவலில் இடம் பெற்ற ஒவ்வொரு வரியும் உள்ளத்தைத் தொட்டது. இதுவரை வெளிவராத, வித்தியாசமானக் கரு கொண்ட நாவல்.

ஜி. பாரதி, காங்கயம்.

■ குறுநாவலின் நடுநடுவே எவ்வளவு சிந்திக்கத் தூண்டும் நல்மணிகள் சிதறியுள்ளன!

''புருஷர்கள் வீட்டில் இருக்கும் நேரம் குறைவு. அந்தக் கொஞ்ச நேரமும் கசப்பும், சலிப்புமாகப் போக வேண்டுமா? இதை உணராமல் எத்தனைப் பெண்கள் கணவனை தர்ம சங்கடத்தில் ஆழ்த்தி விடுகிறார்கள்?

''கிணற்றிலிருந்து நீரை ஜகடையின் உதவி இல்லாமலேயே சேந்தி எடுக்கலாம். ஆனால் ஜகடையை உபயோகப்படுத்தினால் நீரை இழுப்பது சுலபமாகி விடுகிறது இல்லையா?'' மிகச் சிறந்த கதை என்று இதைப் பலரும் பாராட்டுவார்கள்.

ந. சேதுராமன், கொடுமுடி.

■ ''திருமணமலர்''பகுதியைத் தொடர்ந்து வெளியிட்டு, ஆண்களுக்கும், பெண்களுக்கும் மிக உதவி புரிந்து வரும் ''மங்கையர் மலரை''ப் பாராட்ட வார்த்தையின்றித் தவிக்கின்றேன்.

பா. தியாகராஜன், வேதாரண்யம்.

■ ஆயிரத்து இருநூறு ஆண்டுகளுக்கு முன்பே தமிழ்ப் பெண்மணிகள் பாரதி கண்ட புதுமைப் பெண்ணைப் போல வீரத்துடன் திகழ்ந்திருக்கிறார்கள் என்று பெண்ணின் பெருமையை எடுத்துக் காட்டியது கோயில் கட்டிய பெண்மணிகள் கட்டுரை.

கே. மீனாட்சி, தாராசுரம்.

■ அரிசிப் பானைக்குள் பாத்திரத்தை வைத்துவிட்டு ஒரு மணி நேரத்திற்குப் பிறகு பார்த்தால் அருமையான கட்டித் தயிர் தோய்ந்திருக்குமாமே! வெறும் பாத்திரத்திற்குள் தயிர் வரும் மர்மத்தைச் செய்தவர் இந்திராவா? மங்கையர் மலர் ஆசிரியரா?

சரஸ்வதிஇராசேந்திரன், மன்னார்குடி.

■ ''குளிர்காலத்தில் தயிர் சீக்கிரம் தோயவில்லையென்றால் பாலைத் தோய்த்து.'' என்ற வரிகள் விடப்பட்டிருக்க வேண்டும் என நினைக்கிறேன். சரிதானே!

மங்களம், திருவையாறு.



செ.மீட்டர் அளவில் குழிகளை வெட்டிக் கொள்ள வேண்டும். குழிக்குக் குழி 1¼X1¼ மீட்டர் அளவு இடைவெளி கொடுக்க வேண்டும். 'மல்லிகைப் பதியன்களை' அருகிலுள்ள ''அரசு பழப் பண்ணை'' களில் கிடைக்கும். நமக்கு எந்த மல்லிகைப் பதியன் தேவையோ, அந்தப் பதியன்களை வாங்கி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும். பொதுவாக ஒரு வீட்டிற்கு 10 பதியன்கள் இருந்தால் போதும். ஒரு பதியத்தின் விலை ரூ. 3 முதல் ரூ. 5 வரை ஆகும்.

2. நல்ல செம்மண் நிலத்தில் செடிகள் நன்கு வளரும். ஜூன் மாதம் முதல் நவம்பர் மாதத்திற்குள் பதியன்களை குழிகளில் வைத்து விட வேண்டும்.

3. செடியை குழிகளில் நடும் முன்பு, குழிகளில் ஒரு கூடை அளவு தொழு உரம் போட வேண்டும். பிறகு பதியம் நடவு செய்ய, நோயில்லாத பதியன்கள் அல்லது

செய்மல்லிகை

வாசனை தரும் பூக்களில் மல்லிகையும், முல்லையும் முக்கியமானவை. எல்லாப் பெண்களின் தலையில் தினமும் சூட விரும்புவது மல்லிகையாகும். வெண்மை நிறம் உடைய மல்லிகையை தலையில் வைத்தவுடன், உடம்பில் புதுப் பொலிவுடன், பரிபூரண திருப்தியுடன் உள்ளம் மகிழ்ச்சியடைவதை நாம் உணரலாம். முல்லையில் ஆம்பூர் முல்லை, ஆர்க்காடு முல்லை, பாரி முல்லை என்றும், மல்லிகையில் கோ 1, குண்டு மல்லிகை, அடுக்கு மல்லிகை, ஊசி மல்லிகை, கஸ்தூரி மல்லிகை, ஜாதி மல்லிகை போன்ற பல வகைகள் இருக்கிறது. இங்கு நமது தோட்டத்தில் ''குண்டு மல்லிகை''யை எப்படி வைக்க வேண்டும் என்பதைப் பார்க்கலாம்.

பூச்செடி வைத்தல்:

1. வீட்டுத் தோட்டத்தில் ஓரங்களில் அல்லது வீட்டுக்கு முன் '30X30X30

வேர் பிடித்த குச்சிகளை தேர்ந்தெடுத்து பி.எச்.சி. 50 சதம் மருந்தை ஒரு லிட்டருக்கு 3 கிராம் வீதம் கரைத்த கலவையில் வேர் பாகத்தை நன்கு நனையும்படி முக்கி எடுத்து நடவு செய்ய வேண்டும். இதனால், வேர் புழுக்கள் கரையான், செடிகளில் புதுவேர் பிடிக்கும் வரை பாதிக்காமல் செடிகள் வேர் பிடித்து நன்கு வளர ஏதுவாகும்.

பதியம் நட்டு 6 மாதங்கள் கழிந்து, கடலை பிண்ணாக்குடன், வேப்பம் பிண்ணாக்கும், இரண்டையும் சேர்த்து 100 கிராம் அளவில் ஒவ்வொரு செடிக்கும் வைக்க வேண்டும். பிறகு இரண்டாம் வருடத்தில் இருந்து ரசாயன உரங்களை செடிக்கு யூரியா 150 கிராம், சூப்பர் பாஸ்பேட் 750 கிராம், பொட்டாஷ் 200 கிராம் போட வேண்டும். இதனை வருடத்திற்கு மேற்சொன்ன அளவில் பாதி, பாதி வைக்கலாம்.

இத்துடன் ஒரு கூடை "தொழு உரத்தை"யும் கலந்து போட வேண்டும்.

5. பதியன் நட்டு, இரண்டாம் ஆண்டில் செடிக்குக் கவாத்து செய்ய வேண்டும். இதற்கு ஜனவரி மாதம் மிகவும் ஏற்றது. கவாத்து செய்வதற்கு 15 நாட்கள் முன்பு நீர்ப் பாய்ச்சுதலை நிறுத்தி விட வேண்டும். செடியிலிருந்து. 75 செ.மீ விட்டு வெட்டி விட வேண்டும். நோய் பிடித்த, தேவையற்ற கிளைகளை முழுமையாக வெட்டி விடலாம். கவாத்து செய்த பின் மீதமுள்ள இலைகளைப் பறித்து, கவாத்து செய்த முனைகளுக்கு போர்டோ பேஸ்டை, பி.எச்.சி. 10% (சத) தூளுடன் கலந்து அந்த இடத்தில் பூச வேண்டும்.

6. செடிக்குத் தண்ணீர் விடுதல் முதல் ஆண்டில் 7 நாளுக்கு ஒரு முறையும், இரண்டாம் ஆண்டில் 10 நாளுக்கு ஒரு முறையும், கொடுத்துக்கொண்டு வரவேண்டும். பிறகு. செடியின் தேவைக்கு ஏற்ப தண்ணீர் விடலாம்.

7. பதியம் நட்டு 3 மாதங்கள் கழித்து செடிகளில் பூக்க ஆரம்பிக்கிறது. சராசரியாக செடியை 7 வருடம் வரை வைத்து இருப்பது தான் நல்ல இலாபம் ஆகும். அதன்பின் பூக்கள் குறையத் தொடங்கும். செடியில் பிப்ரவரி முதல் ஆகஸ்ட் வரை பூக்கள் அதிகம் பூக்கும்.

8. சில நேரங்களில் செடியில் உள்ள இலைகள் பழுப்பு மஞ்சளாக மாறி இருக்கும். இதனால் செடி வாடி காணப்படும். இதற்கு காரணங்கள் - ஒன்று நிலத்தில் இரும்புச் சத்து பற்றுக்குறை அல்லது நூற் புழுக்கள் தாக்குதல் அல்லது வேர் அழுகல் நோயாக இருக்கலாம். இரும்பு சத்து பற்றுக்குறை காணப்பட்டால் அன்னபேதிஉப்பை 1 லிட்டருக்கு 15 கிராம் கரைத்துத் தெளிக்க வேண்டும். நூற் புழுக்களால் பாதிப்பு இருந்தால் செடிக்கு "டெமிக்" 10 கிராம் வீதம் குருணை மருந்துகள் இட வேண்டும். வேர் அழுகல் காணப்பட்டால் "பைட்டோலான்" மருந்தில் 2 கிராமை 1 லிட்டர் நீரில் கலந்து வேர் பாகத்தில் ஊற்ற வேண்டும்.

9. சில சமயங்களில் இலைகளிலும், தண்டுகளிலும், வெண்ணிறக் கொப்புளங்கள் காணப்படும். இவை சிலந்திப் பூச்சிகளால் ஏற்படுகிறது. இதனைத் தடுக்க நுவக்ரான் எனும் மருந்தை 1 லிட்டருக்கு 2 மி.லி. என்ற விகிதத்தில் கலந்து அடிக்க வேண்டும்.

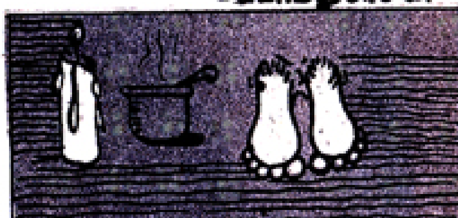
10. பூ மொட்டுக்களைத் தாக்கும் வண்டுகளைத் தடுக்க நுவக்ரான் மருந்தை 1 லிட்டருக்கு 2 மி.லி. என்ற விகிதத்தில் கலந்து அடிக்க வேண்டும்.

பூ மகசூல் விவரம்:

மல்லிகைச் செடிகள் 15 வருடங்கள் வரை தொடர்ந்து பூக்கள் தருகின்றன. இருந்தாலும் 3ம் ஆண்டிலிருந்து 7ம் ஆண்டு வரை நல்ல மகசூல் கிடைக்கிறது. 7ம் ஆண்டிலிருந்து பூக்கள் படிப்படியாகக் குறையத் தொடங்கும். மார்க்கெட்டில் அக்டோபர் முதல் டிசம்பர் மாதங்களில் கிலோ ரூபாய் 20 முதல் 25 வரை விற்பனை ஆகிறது. மழைக் காலங்களில் கிலோ ரூ. 4 முதல் ரூ. 8 வரை விற்கிறது.

ஆகவே, மேற்சொன்ன கருத்துக்களை மனத்தில் வைத்துக் கொண்டு உங்களது "பூந்தோட்டத்தில்" வாசனை மிகுந்த குண்டு மல்லிகையை வைத்தால் "உங்களது மகிழ்ச்சிக்கு நிரந்தர விருந்து" மல்லிகை அளிக்கும் என்பதில் சந்தேகம் இல்லை!

–என்.மதுபாலன்



குளிர் காலங்களில் பலருக்குப் பாதங்களில் உண்டாகும் பனி வெடிப்பிற்கு வலி நீங்கி நிவாரணம் பெற எளிய மருந்து. 50 கிராம் நல்லெண்ணெயை நன்றாகப் புகை வரும்படி சூடு பண்ணி, அதில் 2 அங்குல நீளமுள்ள மெழுகுவர்த்தித்துண்டை தூள் பண்ணிப் போட்டால் கரைந்து விடும். சூடாறியதும் எடுத்து வெடிப்பின் மீது தடவினால் மிகவும் விரைவில் வலி நீங்கி விடும்.

கல்பகம்.

நாளெல்லாம் திருமதி இலட்சுமி வீட்டில் தனியாய் இருக்கலாம். ஆனல், தனிமை-யாக அல்ல! கூடவே இருப்பது— நிப்போ!



ராசி பலன் ஜனவரி 1985

மேஷம்



அதிகமான எதிர்பார்ப்புகளோ, ஆரவாரங்களோ இல்லாமல் அமைதியாகச் செல்லும் நாட்கள் இவை. தெய்வீக அனுபவங்களும், புனிதப் பயணங்களும் சிலருக்குக் கைகூடும். குழந்தைகளிடமும் மற்றவர்களிடையே பெருமையும் புகழும் உண்டாகும். பணவரவு எதிர்பார்த்த இடங்களில் இருந்து தட்டுப்பாடில்லாமல் கிடைக்குமாதலால் சிரமமில்லை. தம்பதியரிடையே சுமுகமான உறவு நிலவுமாதலால் குடும்பம் அமைதியான நிலையிலேயே செல்லும்.

ரிஷபம்



சமீபத்தில் ஏற்பட்ட மாற்றத்தின் காரணமாக புதிய மனிதர்களின் உறவும், பெரிய மனிதர்களின் நட்பும் கிடைக்கும். சலியாத உழைப்பும், திறமையான நண்பர்களும் உங்களைச் சுற்றி இருப்பதால் கிடைத்த வாய்ப்பைச் சரியாகப் பயன்படுத்திக் கொள்வீர்களானால் மிகச் சிறந்த எதிர்காலம் உங்களுக்கு உண்டு. செலவினங்கள் ஓரளவு அதிகமாக இருப்பினும், உங்களுடைய செலவுகள் எதிர்காலத்தில் வரவையே தரும்.

மிதுனம்



கொஞ்ச நாட்களாகத் தாமதப்பட்டுக் கொண்டிருந்த காரியங்கள் விரைவில் நடைபெற ஆரம்பிக்கும். எதிர்பாராத இடத்தில் பண வரவும் உண்டாவதால், சில ஆடம்பரப் பொருட்களைச் சேர்க்கும் வாய்ப்பும் கிடைக்கும். விளையாட்டுத் துறையில் ஈடுபட்டுள்ளவர்களுக்கு உற்சாகமான நாட்கள் இவை. போட்டிகளில் வெற்றியும், பரிசும் கிடைக்க அதிக வாய்ப்புக்கள் உண்டு. தம்பதியரிடையே உறவுமுறை உற்சாகமாக இருக்கும்.

கடகம்



தனியார்த் துறையில் ஈடுபட்டுள்ளவர்கள், பாகஸ்தர்களிடையே அதிக கவனத்துடன் இருக்க வேண்டிய நாட்கள் இவை. வீட்டு மனை, பட்டா போன்றவற்றைக் கையாளுவதில் அதிக ஜாக்கிரதையுடன் இருத்தல் வேண்டும். அலுவலகத்தில் உடன் பணிபுரிவோரிடையே வாக்கு வாதங்களில் ஈடுபடாமல் இருந்தால் நல்லது. தம்பதியரிடையே சுமுகமான உறவு நிலவும். பொருளாதார நிலை சகஜமாகவே இருக்கும்.

சிம்மம்



திருமணத்தை எதிர்நோக்கி இருப்பவர்களுக்கு இனிமையான செய்திகள் கிடைக்கும். உறவினர் ஒருவரின் மூலம் ஏற்படும் புதிய நட்பின் காரணமாக உங்களுடைய எதிர்காலத் திட்டங்கள் செயல்படத் துவங்கும். எல்லோருடனும் பொறுமையாகவும், இனிமையாகவும் பழகுவதன் மூலம் பல வெற்றிகளைத் தட்டிச் செல்லலாம். பணவரவு எதிர்பார்த்த அளவு திருப்திகரமாகவே இருக்கும்.

கன்னி

அதிக அலைச்சல்கள் மிகுந்த மாதமாக இம்மாதம் இருக்கும். எனினும் மனதுக்குப் பிடித்த விதமாகவே வேலைகள் வருமாத



லால் உற்சாகத்துடனும், உத்வேகத்துடனும் நடந்து கொள்வீர்கள். புதிய நண்பர்களின் அறிமுகமும், அதனால் காரிய சித்தியும் உண்டாகி உன்னத எதிர்காலத்தை நோக்கி நடக்கத் துவங்குவீர்கள். செலவுகள் அதிகரித்தாலும் அதனால் பிரச்சினைகள் ஏதும் இராது.

துலாம்



குடும்பத்தில் உங்களுடைய பொறுப்புக்கள் அதிகமாகும்.

புதிய நபர் ஒருவரின் வரவால் வீட்டில் சுபநிகழ்ச்சிகள் உண்டாகும். கணவன் மனைவியிடையே இருந்து வந்த மனஸ்தாபங்கள் நீங்கிப் பழைய நெருக்கத்தை அடைவீர்கள். அலுவலக நண்பர்களிடையே நல்ல பெயரும், ஆதரவும் கிட்டும். சில நல்ல வெளியூர்ப் பிரயாணங்களும் ஏற்படலாம்.

விருச்சிகம்



எதிர்பார்த்தபடியே அலுவலகத்தில் மாறுதல்கள் ஏற்படுவதன் மூலம் உங்களுடைய நிலைமை சக நண்பர்களிடையே உயரும். சிலருக்குப் பதவி உயர்வும், வெளியூர் மாற்றங்களும் ஏற்படலாம். குடும்பத்தில் பிரச்சினையாக இருந்து வந்த நபர் ஒருவரின் மூலமாக மன அமைதி குறையலாம். தெய்வீக சிந்தனையும், கடின உழைப்பும் உங்களைக் கைவிடாது. சிறிது உடல் சுகவீனம் ஏற்படலாம்.

தனுசு



எழுத்தாளர்களுக்கும், கலைஞர்களுக்கும் மிகுந்த உற்சாகம் ஊட்டும் மாதமாக இம்மாதம் அமையும். அரசாங்கத்திலிருந்தோ, தனியார் நிறுவனங்களிடமிருந்தோ பாராட்டுக்களும், பொருளுதவியும் கிடைக்கும். குடும்பத்திலும் அலட்சியம் செய்தவர்களிடையே உங்களுடைய நிலை உயரும். வேலையை எதிர்பார்த்துக் கொண்டிருப்பவர்களுக்கு நல்ல செய்திகள் கிடைக்கும்.

மகரம்



பொதுஜனத் தொடர்புடைய வேலையில் உள்ளவர்களுக்கு உழைப்பு மிகுந்த மாதமாக விளங்கும். புதிய நட்புக்களின் மூலமாக நினைத்த காரியங்கள் வெற்றி பெறுவதுடன், பொருளாதார நிலையும் நன்றாகவே இருக்கும். வழக்கு விவகாரங்களில் ஈடுபட்டுள்ளவர்களுக்கு எதிர்த்தரப்பிலிருந்து சமாதான அழைப்புக்கள் வரக் கூடும். கணவன் மனைவியிடையே சிறு பிணக்குகள் ஏற்பட்டு விரைவில் சரியாகும்.

கும்பம்



தனியார் துறையில் ஈடுபட்டுள்ளவர்களுக்கு மேலதிகாரியிடமிருந்து பரிவான ஆதரவும், உற்சாகமும் கிடைக்கும். உழைப்புக்கேற்ற பதவியும், ஊதிய உயர்வும் கிடைக்கும். குடும்பத்தில் செலவினங்களைத் தரக்கூடிய சுபநிகழ்ச்சிகள் ஏற்படும்.

உறவினர்களின் வருகையால் குடும்பச் சச்சரவுகள் முடிவு கட்டப்படும். குழந்தைகளாலும் பெருமைப்படக் கூடிய நிகழ்ச்சிகள் ஏற்படும்.

மீனம்



அரசாங்க உத்தியோகத்தில் உள்ளவர்களுக்கு விருப்பத்திற்கு மாறான வெளியூர்ப் பிரயாணங்களோ, மாற்றங்களோ ஏற்படலாம். நீண்ட நாளாக எதிர்பார்த்து வந்த நல்ல செய்தியொன்று இம்மாத நடுவில் உங்களை வந்தடையும். இதனால் உங்களுடைய பொருளாதார நிலை உயர்வடைவதுடன், நீண்ட நாட்பட்ட விருப்பங்களையும் பூர்த்தி செய்து கொள்ளலாம். குடும்பத்தில் அமைதி நிலவும்.

ஸ்ரீமாதா

ரா. கணபதி

15

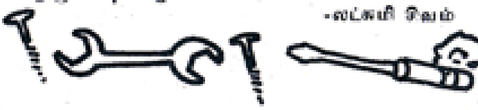
மந்தமாருதமே சண்டமாருதமும் ஆவது போல, பரம லலிதை பராக்ரம சண்டிகையாக ஸ்ரீசக்ர ரதமேறிச் சண்டை புரியக் கிளம்பியபோது, சக்தி கணங்கள் நெருக்கியடித்துக்கொண்டு தொடர்ந்தன. அவை சிரமமின்றி வெளிவருவதற்காக, ஏற்கெனவே ஒரு யோஜனை (எட்டு மைல்) அகலமுள்ளதாயிருந்தகோட்டை வாயிலைஜ்வாலாமாலினி மேலும் விஸ்தாரமாக்க வேண்டியிருந்தது.

ஸ்ரீசக்ர ரத உச்சியின் முத்துக் குடைக் குச்சங்கள் அழகே அசைந்து, ஒவ்வோர் அசைவிலும் ஒரு சுப சகுனத்தை மலர்த்தின. அவுண ராஜனது ஆபிலச் சகடத்தின் ஒவ்வோர் உருளலும் ஒவ்வோர் அபசகுனத்தைப் பாட்டையாகக் கொண்டு அவன் தலை உருளுவதற்கான சேரிடத்துக்குச் சென்றது.



இரும்பு சாமான்கள், ஸ்குரூடிரைவர், கத்தரி போன்ற சிறிய கருவிகள், ஆணிகள் வைத்திருக்கும் டூல் பாக்ஸில் ஒரு பெரிய கற்பூர வில்லையைப் போட்டு வையுங்கள். கருவிகள் துருப்பிடிக்காது.

-லட்சுமி சிவம்



இதுதான் போரின் பிரதான கட்டம். அஸுர நாயகனுக்கும் அமர நாயகிக்கும் நடக்கும் நேர் யுத்தம். ஆனால் அது எப்படி நடந்தது என்பதே வர்ணனைக்கு அகப்படா வண்ணம் இரு தரப்பினரும் எய்த சரமாரியில் எதுவும் தெரியாமல் காரிருள் கவ்விவிட்டது. அவுணர் கூட்டம் அழிய அழியத்தான் அம்பு மூட்டம் குறைந்து என்ன நடக்கிறதென்பதைக் காண முடிந்தது. முக்கியமாகத் தெரிந்தது அது யுத்த பூமியாக இன்றி ரத்த நதியாகி இருந்தது. தலையறுபட்டுத் தாண்டவமாடும் கபந்தங்கள் நதிக்கரை விருக்ஷங்கள் போல் தோன்றின. ஆற்றிடை மண் திட்டுக்களாகக் குருதிப் பெருக்கில் உயிரிழந்த மஹா கஜங்கள்; அல்லிக் கூட்டமாக அறுந்து விழுந்த வெண் குடைகள்; நுரையாகக் காம்பிற்று வீழ்ந்த சாமரங்கள். பாசியாக உதிர நதியில் மிதந்த அஸுரரின் கேச பாசங்கள். முத்துச் சிப்பிகளுக்கும் குறைவில்லையாம், இந்த ரக்த ப்ரவாஹத்தில் — மரித்த அவுணர்களின் பிதுங்கிய விழிகள்தாம் அச்சிப்பிகள்!

முதல் இரண்டு யாமம் ஸேனைகள் போரிட்ட பின்தான் லலிதை நேரே பண்டனையும் பரிவாரங்களையும் தாக்க ஆரம்பித்தது. இன்னமுதுக்கு நேர் எதிரே ஆலஹாலம்!

நேர்எதிர்தான் நின்று எதிர்த்தான் நாயகி. அப்படி எதிர்ப்போரின் சக்தியில் பாதி தனக்கு வந்துவிட வேண்டும் என்பது பண்டன் பெற்றிருந்த வரம். ஆயினும் ஸர்வ சக்தியான பூர்ணை ஆயிற்றே அவள்! அவளை எப்படி பின்னப்படுத்த இயலும்? அனந்தத்தில் பாதி என்றால் அர்த்தமுண்டா? அப்படியே அவளது பாதியாற்றல் வெளிப்போக முடிந்தாலும் கூட அந்த அபரிமித சக்தியை எவரால் வாங்கிக் கொள்ளவும் தாங்கிக்கொள்ளவும் இயலும்? என்னதான் பயில்வானாயினும் ஒரு யானையை வேண்டுமாயின் தாங்கலாமேயன்றி இமய வெற்பில் பாதியைத் தாங்க முடியுமா? அதி சாதுர்யமாக வரம் கேட்டுப் பெற்றிருந்த அஸுரேந்திரனை அசட்டு முட்டாளாக்கி எதிரே நின்றாள் 'பூர்ண அபின்ன சக்தி'!

அந்த மஹா மஹா சக்தி முன் எவரது ஆற்றலுமே ஆனையின் முன் கொசு போலத்தான். ஆயினும் அம்பிகை யுத்த லீலா விநோதங்கள் புரிந்து காட்டுவதற்கு எண்ணங் கொண்டாள்; அவுணனேயாயினும் பண்டனுக்கிருந்த வீர ஸாஹஸங்களை அவனுக்கும் அன்னையாயிருந்து உலகறிய வெளிப்படுத்தத் திருவுளம் பற்றினாள். எனவே நொடியில் முடிக்கக் கூடியவனுடன் நெடு நேரம் அமர் புரிந்தாள்.

மலரம்புடனேயே நாம் காணும் அவளது மலர்க் கரத்தில்தான் இன்று எத்தனை அதிசய யுத்த லாகவம்! ஒரு சரத்தைத் தநுவில் கோக்கிறாள் என்றே நினைக்கிறோம். ஆனால் தநுவிலிருந்தோ பத்து சரங்கள் புறப்படுகின்றன. பத்துதானா? இதோ எதிரியை நோக்கி அந்தரத்தில் விரைவது நூறு சரங்கள் அல்லவா? அந்தக் கணக்கும் தப்பு. அவுணர் கணத்தை நெருங்கும்போது ஆயிரமாக அல்லவா தெரிகிறது அம்புக் கூட்டம்? இல்லை, இந்தக் கணக்கும் சரியில்லை. ஆயிரமாயிரம் அவுணர்கள் ஒவ்வொருவரும் அங்கமெல்லாம் பொத்திய நூறு நூறு அம்புகளுடன் அல்லவா அலறி விழுகின்றனர்?

பண்டனின் வீரமும் வெடித்து வெளிப்பட்டது. நரகப் பேரிருளை உண்டாக்கும் அந்ததாமிஸ்ரக் கணையை எய்தான் அஞ்ஞான தமோ உருவன். கதிரவனும் ஜ்வலிக்கும் மஹாதரணிக் கணையை ப்ரத்யஸ்த்ரமாய் ப்ரயோகித்து அதை அழித்தாள் ஞான ஜோதிர்மயி. பார்வையைப் பறிக்கும் அந்தாஸ்த்ரத்தைக் குருட்டு மோஹக் கொடியோன் எவினான். 'காணார்க்கும் கண்டவர்க்கும் கண்ணளிக்கும் கண்'ணம்மை சக்ஷுஷ்



மதீ அஸ்த்ரத்தால் அதை வீழ்த்தினாள். யமாலயம் சேர்ப்பதான அந்தகாஸ்த்ரத்தை அவுணன் எய்தான். தேவி தொடுத்த மஹாம்ருத்யுஞ்ஜய அஸ்த்ரம் அதற்கு யமனாயிற்று! ஞானாம்பிகையின் அஸ்த்ர ஞானத்தையே அழிக்கக் கருதி, 'ஸர்வாஸ்த்ர ஸ்ம்ருதி நாசம்' என்ற படைக் கலத்தை ஞான சூன்யன் விடுத்தான். அதை தாரண (சித்தத்தை அசையாமல் ஸ்திரப்படுத்துவது) அஸ்திரத்தால் பொடித்தாள் ஜகத்தாத்தாரிணி. பய அஸ்த்ரத்தை விட்டான் பண்டன். அபய ஸ்வரூபிணி ஐந்த்ர அஸ்த்ரத்தால் அதை அழித்தாள். இதிலே அரிய கருத்து உள்ளது. இந்த்ரனுக்குரிய மந்த்ரத்தால் சக்தி பெற்றதே ஐந்த்ராஸ்த்ரம். தற்போது பண்டனிடம் பயந்து நடுங்கி அம்பாளை அரண் கொண்டிருக்கிறான் இந்த்ரன். அவனைக் கொண்டே அச்சத்தை அவள் அழிக்கிறாள் என்பது தஞ்சம் புகுந்த பஞ்சையரையும் பலிஷ்டராக்குவதில் அவளது தயாவிலாஸம் எத்தனை விசாலமானது என்பதற்குச் சான்று.

அடுத்து இக்கால biological warfare போல பயங்கர நோய்களைப் பரப்பும் மஹா ரோக அஸ்த்ரத்தை சக்தி சேனை மீது ப்ரயோகித்தான் நன்மைக்கெல்லாம் நோயாய் வந்த பண்டாஸுரன். ஆஹா, அப்போது அம்பிகை விடுத்த ப்ரத்யஸ்த்ரம்! அது மற்ற நோய்களைத் தீர்ப்பது ஒருபுறமிருக்கட்டும்; தெய்வ பேதம் என்ற பெரிய நோயையும் தீர்க்கும் அமுத ஸஞ்ஜீவினியாக அது திகழ்கிறது! 'நிஜமான' பாகவதம் என்பது விஷ்ணு பாகவதமா, தேவி பாகவதமா என்று வைஷ்ணவர்களும் சாக்தர்களும் வாதப் போர் செய்து கொண்டிருப்பதைப் பார்க்கிறோம். இங்கோ விஷ்ணுவின் நாமங்களால் ஆன சரணையாலேயே தேவி மஹாரோகாஸ்த்ரத்தைத் தவிடு பொடி செய்திருக்கிறாள். அவளது ஆயிரம் நாமங்களில் ஒன்று ''ஸர்வ வ்யாதி ப்ரசமநீ'' என்பது. இன்னொரு திருப்பெயர் அவளை வியாதி மலையைத் தூளாக்கும் வஜ்ராயுதமான ''ரோக பர்வத தம்போளி'' என்கிறது. அப்படியிருந்தும் இப்போது அவள் தனது ஸோதரன் திருமாலின் திருப் பெயர்களில் ''நாமத்ரய மஹா மந்த்ரம்'' என்று பெயர் கொண்ட மூன்றையே அஸ்த்ரமாக்கி எய்தாள். நாவிலும் காதிலும், நெஞ்சிலும் தேன் சொரியும் ''அச்யுத'', ''அநந்த'', ''கோவிந்த'' என்ற பவித்ர நாமங்கள்தாம்! இதைப் புராணம் ''மஹாஸ்த்ரம்'' என்கிறது. தேவி இவ்வாயுதம் எய்தவுடன் மாலவன் இம் மூவுருவில் தோன்றினான். ஹுங்காரம் செய்தான். அஸுரன் பரப்பிய அனைத்து ரோகங்களும் அற்று நசித்தன.

''இந்த நாமத்ரயத்தை நவில்வோரை நோய்கள் நலிவு செய்யா'' என்று அம்பிகை அருள் பூத்தாள்.

பிளாஸ்டிக் சாமான்களை உப்பு நீரால் கழுவினால் வாடை வராது.
—முகம்மது யூசுப்.

ஸமயக் காழ்ப்பின் விந்தையான அலங்கோலத்தில் ஒரே அம்பிகையின் பல உருவ பேதங்களிடை விகற்பு கற்பித்து, உயர்வு—தாழ்வு கூறுபவர் இருக்கிறார்கள். 'நிஜமான' பராசக்தி ஸௌம்ய ரூபமான நமது லலிதையா, அல்லது கோர காளியா அல்லது இரு அம்சமும் கலந்த துர்க்கையா என்பதில் பக்தர்கள் பிரிவுபட்டு மோதிக்கொள்வதுண்டு. காளியையும் துர்க்கையின் ஒரு கூறாகவே ''தேவி மாஹாத்மியம்'' ஸமரஸப்படுத்திவிடுகிறது. ''லலிதோபாக்யான''மோ நமது லலிதையையே துர்க்கா — காளியுமாக்கி மேலும் ஐக்ய ரஸத்தைப் பொழிந்து விடுகிறது. இதன் பின் அவளைத் திருமாலின் தசாவதாரங்களுக்கும் காரண சக்தியாகக் காட்டுகிறது.

இவ்வாறு நம்மை ஸமரஸ நோக்குப்படுத்துவதற்காக நாம் முதற்கண் பண்டாஸுரனுக்குத்தான் நன்றி கூறவேண்டும்! அவன்தான் அந்த ஏனைய ஆவிர்பாவங்களில் அழிவுபட்ட ஒவ்வொரு தீயவனையும் இப்போது ''மஹா அஸுராஸ்த்ரம்'' என்ற படைக்கலத்தின் மூலம் படைத்து ஏவினான்; தீயோர் கூட்டத்தைத் தீய்த்தழிக்கவே அம்பாளும் அந்தத் திவ்ய மூர்த்தியரைப் படைக்க வேண்டியதாயிற்று.

மது, கைடபன், மஹிஷாஸுரன், சண்டன் முண்டன், சும்பன், நிசும்பன் முதலியோரை பண்டன் உண்டாக்கி உலாவ விட்டான். ''தேவி மாஹாத்மியத்தி''ன்படி மது—கைடபர்களை மஹா காளியின் லீலையில் மஹா விஷ்ணு மாய்த்தார். மஹிஷாஸுரனை மஹாலக்ஷ்மி சாய்த்தாள். சண்ட-முண்டர்களைச் சாமுண்டி வதம் செய்தாள். சும்ப-நிசும்பரை மஹா ஸரஸ்வதி ஹதம் செய்தாள். மஹாலக்ஷ்மியிலேயே ஏனையோரும் அடக்கம் என்றும். அவளே சண்டிகை என்றும் துர்க்கை என்றும் தேவி மஹாத்மியம் கூறும். ஆயினும் அதில் மஹாலக்ஷ்மி சரிதையைத் தனிப்படக் கூறுகையில் அதில் மஹிஷமர்த்தனியாக மட்டுமே வர்ணிக்கப்படுகிறாள். நம் உபாக்யானத்தில் என்ன காண்கிறோம்?

மது-கைடபர் முதல் சும்ப-நிசும்பர் வரை அனைவரையும் ஸம்ஹரிப்பதற்காக லலிதா தேவி ஒரே ஒரு மூர்த்தியைத்தான் தோற்றுவிக்கிறாள். அது பதினெண் கரங் கொண்ட மஹிஷ மர்த்தினியான துர்க்கா மஹாலக்ஷ்மிதான். இவளே அத்தனை அஸுரரையும் வென்று கொன்று, சக்தி ரூபங்களிடை நாம் கற்பிக்கும் உயர்வு தாழ்வுகளை

உடைத்தெறிந்து விடுகிறாள். லலிதையின் புராணத்தில் துர்க்கை மஹிமை விரிகிறது!

இதன் பின்னர் நாரணனின் அவதாரங்களுக்கும் காரணமாகக் காட்சி தருகிறாள் நம் காமாக்ஷி.

வேதத்தை அபகரிக்கும் ஸோமுகன் முதலிய அஸுரர்களை பண்டன் உண்டாக்குகிறான். அம்பிகையின் வலக்கைப் பெருவிரல் நகத்தின் நுனியிலிருந்து வெளிப்படுகிறான் மத்ஸ்ய உருக்கொண்ட மாலவன்; அவ்வஸுரரை வதைத்து வேதத்தை மீட்டு வருகிறான்.

பண்டன் ஸமுத்ர அஸ்த்ரம் கொண்டு கடலைப் படைத்து சக்தி ஸேனையை அதில் மூழ்கடிக்கப் பார்க்கிறான். அம்பிகை தனது ஆள்காட்டி விரலின் நக நுனியிலிருந்து ஸோதரனை ஆதி கூர்மமாக அவதரிக்கச் செய்கிறாள். பத்தாயிரம் யோஜனை விசாலமான கூர்மத்தின் ஓட்டில் ஏறிச் சக்தி கணங்கள் காப்புப் பெறுகின்றன. கடலையும் பருகிவிடுகிறான் கூர்மன்.

அநேக ஹிரண்யாக்ஷர்களை ஸ்ருஷ்டிக்கிறான் பண்டன். அவ்வளவு பேரையும் அடிநாசம் செய்கிறான் மஹா வராஹன். திருமால்தான் தங்கையின் அங்கை நடுவிரல் நக நுனியிலிருந்து இப்படி அவதரித்தது!

மஹா கோபத்துடன் பண்டன் புருவத்தை நெறித்தான். அநேக ஹிரண்ய கசிபுக்கள் உற்பவித்தனர். சக்தி ஸேனைகளின் ஆனந்தம் ப்ரஹ்லாதனாக உருவெடுத்தது. (ப்ரஹ்லாதம் என்றால் செழித்த ஆனந்தம்). ப்ரஹ்லாதக் குழந்தை நித்யானந்த ஜனனியை சரண்புகுந்தது. மோதிர விரலை உதறினாள் உதாரி. அதன் நகத்தின் நுனியிலிருந்து பிடரியை உதறிக்கொண்டு குதித்தது நரஸிம்ஹம். நகத்திலிருந்து தோன்றிய நரஹரி தனது நகத்தின் நுனியால் அத்தனை ஹிரண்ய கசிபுக்களையும் பிளந்து தள்ளினான்!

பண்டனின் அடுத்த ஸ்ருஷ்டி, பல மஹா பலிகள். 'என் சுண்டு விரல் பலம் காண்பார்களோ?' என்பது போல லலிதை சிறு விரலின் நகத்திலிருந்து வாமனனை வருவித்தாள். வாமன பாசத்தில் மஹா பலிகள் கட்டுண்டனர்.

அஸுரனின் ஆக்க ஆற்றலில் அடுத்து வந்தனர் கார்த்தவீர்யார்ஜுனர்கள். வலக்கை விரல்களால் திருமாலின் அவதாரங்களில் ஐந்தை அருளிய அன்னை இடக்கைப் பெருவிரலின் நுனியிலிருந்து பரசுராமரைப் படைத்தாள். அவர் தமது பரசு (கோடரி) கொண்டு கார்த்த வீர்யர்களை வெட்டி வீழ்த்தினார்.

ஹூங்காரம் செய்தான் பண்டன். அவ்வொலி ராவணேச்வரனாக உருவம் கொண்டது. அவனுடன் சோதரனாக கும்பகர்ணனும், மகனாக மேகநாதனும் (இந்த்ரஜித்தும்) தோன்றி சக்தி கணங்களைத் தாக்கலாயினர். த்ரிபுரஸுந்தரியின் இடது கர ஆள்காட்டி விரலின் நுனியிலிருந்து நீலோத்பல காந்தி வீசியது. ஆம், ஐயன் ஸ்ரீராமன் அவதரித்து விட்டான். அரக்கனுடன் தம்பியும் தனயனும் தோன்றினரெனில் அமலனுடன் தம்பி இலக்குவன் ஆவிர்பவித்தான். ஜடை முடியும், இடையில் மரவுரியுமாக விளங்கிய வீரராகவன் வில் நாணை டங்காரம் செய்து புறப்பட்டான். ராவணனையும் கும்பகர்ணனையும் சம்ஹாரம் செய்தான். இலக்குவன் கணைக்கு இலக்காகி அழிந்தான் மேகநாதன்.

அரக்கரைப் படைத்தவன் குரக்கரைப் படைத்தான். த்விவித அஸ்த்ரத்தால் பெரும் பலம் கொண்ட அநேக குரங்குகளை ஸ்ருஷ்டித்தான். செம்முகமும், செங்கண்ணும் கொண்ட க்ரூர வானரங்கள் இரீச்சிட்டபடி சக்தி ஸைன்யத்தைத் தாக்கின. பராசக்தியின் நடு விரலிலிருந்து பால் நிறமாக வெளிவந்தான் பலராமன். மேனி வெண்மையைத் தூக்கிக் காட்டின. மது பானத்தில் அவனது கண்கள் பெற்ற செம்மையும், அவன் உடுத்தியிருந்த பட்டின் நீல நிறமும். பனைக்கொடி தாங்கிய பலபத்ரனின்

மழை நீரில் பருப்பு வகைகளை வேக வையுங்கள். ஒரு கொதியில் வெந்து விடும்.

—சண்முகசுந்தரம்.



மாவீரத்தில் பனங் குலையாய் த்விவிதர்களின் தலைகள் உருண்டன. (குரங்கு உருக்கொண்ட த்விவிதன் என்ற அஸுரன் பலராமனது ஆயுதமாகிய கலப்பையை அபஹரித்து, அதன் விளைவாக அவனால் கொல்லப்பட்டவன்.)

பண்டனின் படைப்பாற்றல் வற்றாத ஊற்றாக இருந்தது. மானுடர் போலவே தோன்றி அரசர் உருவில் வந்து அறத்தைக் குலைத்த அஸுரரான கம்ஸன், சிசுபாலன், பாணன் முதலியவர்கள் பண்டனிடமிருந்து தோற்றம் பெற்றனர்.

வந்தான் வாஸுதேவனும் வரதாயகியின் மோதிர விரல் நுனி வழியாக! அண்ணன் பலராமனை ஸங்கர்ஷணன். மகன் ப்ரத்யும்னன், பேரன் அநிருத்தன் ஆகியோராகத் தன்னையே பிரித்துக் கொண்டு, தானும் வாஸுதேவனாக எஞ்சி நின்றான் மாயக் கண்ணன். (வ்யூஹ அவதாரங்கள்) எனப்படும் இந்நால்வரும் அரச வேஷ அசுரர்களை அற அற மாய்த்து, அறத்தை நாட்டினர்.

அறத்தை அழித்தே தீர்ப்பது என்ற ஆராச் சினத்துடன் கலி அஸ்த்ரத்தை பண்டன் எய்தான். வேத தர்ம விரோதிகள் புற்றீசலாக எழுந்தனர். தர்மஸம்வர்த்தினி சளைத்து விடுவாளா என்ன? அவள் சளைக்கவுமில்லை, களைக்கவுமில்லை. இத்தனை அவதாரங்களை நிகழச் செய்து அரக்கர் வரிசைகளைத் தூள் செய்தும் அன்றலர்ந்த தாமரையாய்

ஒளி வீசி நின்றானென்கிறார் புராணகர்த்தா. அவளது கரத் தாமரையின் கடைசி விரலான இடச் சுட்டு விரலிலிருந்து விறலும், வனப்பும் ஒருங்கே கொண்ட வேத புருஷன் தோன்றினான். புரவிபீதமர்ந்த புரவலன் கல்கி இவனே. கல்கியின் சனி முக மலர்ச்சி கலியைக் கலக்கிடும் அற மறுமலர்ச்சியாயிற்று. தர்ம விரோதியர் தரைமட்டமாயினர்.

எது ஒன்றிலும் சிறப்பான ஞானம் பெற்றவர்களுக்கு அவ்விஷயம் விரல் நுனியில் இருப்பதாக ஆங்கிலத்தில் வசனமுண்டு one's fingers' ends. திருமாலை இப்படித்தான் தேவி தன்னில் கரைத்துக் குடித்துக் கொண்டு விரல் நுனி வழியாக வெளியிட்டிருக்கிறாள்!

அம்பிகை தனது லீலா நாடகத்தில் கல்பம் தோறும் அந்த அசுர, அரக்க, அரச-அசுரர்கள் மறுபடி மறுபடி தோன்ற வேண்டுமென்றும் அப்போதெல்லாம் மீள மீள தசாவதாரங்களும் நிகழ வேண்டுமென்றும் ஸங்கல்பம் கொண்டாள். தசாவதார நாயகர்கள் அவளைப் பணிந்து விடைகேட்ட போது. ''இவ்வாறே ஒவ்வொரு கல்பத்திலும் தர்மத்தை ரக்ஷிப்பீராக'' என்று ஆசிகூறினாள்.

இதுவரை பெரும்பாலும் பண்டன் தாக்குதலுக்கு எதிர்த் தாக்குதலாகவே லலிதையின் போர் விளையாடல் இருந்துவிட்டது. இனிதான் எஞ்சியிருந்த பண்டன் படையைத் தானாகவே தாக்கி ஸமூலம் நிர்மூலம் செய்ய அம்பாளுக்கு உளம் பிறந்தது.

இதில் ஹரி, ஹரன் இருவருக்கும் பெருமை செய்ய எண்ணினாள்.

நாராயணாஸ்திரத்தை எய்தாள். அஸுரனின் அக்கினி அக்ஷௌஹிணிப் படைகளும் சாம்பராயின. சிவன் கண்ணால் மதனன் நீறுபட அச்சாம்பரிலிருந்து பண்டன் தோன்றினான். இப்போது அவன் படை ஹரியின் சக்தியில் நீறு பட்டது. குடிலாக்ஷன் முதலான நாற்பது ஸேநாதிபதிகளே மிஞ்சினர். பரதேவி பாசுபதாஸ்த்ரத்தை ப்ரயோகித்தாள். ஹரனின் சக்தியில் அவர்கள் அனைவரும் ஸம்ஹாரமாயினர்.

பண்டன் மாத்திரமே தனித்து நின்றான்.

(அடுத்த இதழில் முடியும்)

ஒவ்வொரு மாதமும் சாமான் லிஸ்ட் எழுதும்போழுது ஒரு சாமான்இல்லாவிட்டால் ஒரு சாமான் மறந்துவிடுகிறது. திரும்பத் திரும்ப கடைக்குப் போவது வீண் அலைசல் என்பது மட்டும்இல்லாமல் வெட்டிச் செலவும் கூட. மேட்டூர் ஸ்ரீ சாமுண்டி சூப்பர் மார்க்கெட்டில் அழகாக சாமான்கள் லிஸ்ட் அச்சடித்துத் தருகிறார்கள். இதோ அந்த லிஸ்ட். நீங்களும் சமையலறையில் ஒட்டிவைத்துக் கொள்ளுங்களேன்.

மளிகைப் பொருட்கள்

1. து. பருப்பு-1
2. து. பருப்பு-2
3. மைசூர் பருப்பு
4. பாசி பருப்பு
5. க. பருப்பு
6. பட்டாணி பருப்பு
7. வெ.உளுந்து(மு)
8. க. உ. பருப்பு
9. வெ. உ. பருப்பு
10. பாசிப் பயிறு
11. தட்ட பயிறு
12. வெ. கடலை
13. க. கடலை
14. பச்சை பட்டாணி
15. வெ. பட்டாணி
16. சிவப்பு பீன்ஸ்
17. அவரைப் பருப்பு
18. வருகடலை
19. அஸ்கா
20. நாட்டு சர்க்கரை
21. குண்டு வெல்லம்
22. அச்சு வெல்லம்
23. பனை வெல்லம்
24. குண்டு மஞ்சள்
25. விரலி மஞ்சள்
26. வாஷிங் சோடா
27. பலகார சோடா
28. க. மாவு
29. மைதா
30. கோதுமை மாவு
31. வெ. ரவை
32. கோ. ரவை
33. கருக் ரவை
34. கடுகு
35. மிளகு
36. சீரகம்
37. சோம்பு
38. கசகசா
39. வெந்தயம்
40. பட்டை
41. லவங்கம்
42. ஏலக்காய்
43. முந்திரி
44. திராட்சை
45. ஜாதிக்காய்
46. பச்சை கற்பூரம்
47. அன்னாசிமொக்கு
48. மராட்டி மொக்கு
49. ரோஜாப்பூ
50. மிளகாய்த்தூள்
51. ம. தூள்
52. மல்லி தூள்
53. ஜவ்வரிசி
54. சாதா சேமியா
55. ட்ரு சேமியா
56. புளி
57. மிளகாய்
58. கொத்தமல்லி
59. நீலகிரி பூண்டு
60. சாதா பூண்டு
61. பேரீச்சை
62. சாதா கல்கண்டு
63. டைமண்ட் கல்கண்டு
64. பனங் கல்கண்டு
65. குங்கும சிவப்பு
66. சாம்பிராணி
67. சீயக்காய்
68. சீயக்காய்த் தூள்
69. சால்ட் பாக்கெட்
70. பிரியாணி இலை
71. கடுக்காய்
72. மெழுகு திரி
73. ஜிலேபி பவுடர்
74. டைம் ஜிலேபிபவுடர்
75. அவல்
76. அப்பளம்
77. தீப்பெட்டி
78. எள்ளு
79. பெருங்காயம்
80. சுக்கு
81. சம்பா கோதுமை
82. மாசி
83. விபூதி
84. க. எண்ணெய்
85. ந. எண்ணெய்
86. ரீபைண்ட் ஆயில்
87. தே. எண்ணெய்
88. விளக்கெண்ணெய்
89. டால்டா

— அகிலா கிருஷ்ணன்

முதல்பரிசு: கங்காளம்

பாலக் பனீர் கூரா

(பாலக்கீரை வட நாட்டில் அதிகம் கிடைக்கிறது. இது நம் ஊரில் சற்று வித்தியாசமாக 'காளிலி', 'காசிம் கீரை' என்ற பெயரில் கிடைக்கிறது. இந்த பாலக்கீரை கர்ப்பிணிப் பெண்களுக்கு ஒரு வரப்பிரசாதம் ஆகும். உடம்பில் நீர் சேர்வதைத் தடுக்கும் குணம் இதற்கு உண்டு.)

தேவையான பொருட்கள்

பாலக்கீரை 2 கட்டு
சிறுகீரை நறுக்கியது 2 கப்
கடலைப் பருப்பு ஒரு கப்


ஷ்யாமளா ரங்கநாதன்


ஜி. பரிமளா


ஆர். அபிராமி


ராஜலட்சுமி

இம்மாத இல்லத்தரசி

பனீர் ஒரு கப்
வெங்காயம் ஒன்று
பூண்டு மூன்று பல்
இஞ்சி இரண்டு செ. மீ. அளவு
மிளகாய்த் தூள் அரை டீஸ்பூன்
நெய் ஒரு மேசைக் கரண்டி
உப்பு ருசிக்கேற்றவாறு

செய்முறை:

கடலைப் பருப்பை முதலில் சுத்தம்செய்து அரை மணி நேரம் ஊறவிடவும். பின்னர் உப்புச் சேர்த்து சற்றுக் கரகரப்பாய் அரைத்தெடுக்கவும்.

பாலக்கீரையைக் கழுவி காம்பு மட்டும் நுனியில் கிள்ளிவிடவும். பின் ஈரம் போகத் துடைத்து வைக்கவும். ஒரு வாணலியை அடுப்பில் வைத்து அதில் நெய் விட்டுச் சூடாக்கியதும், வெங்காயம் போட்டு வதக்கவும். நன்கு சிவந்தவுடன், பனீரைப் போட்டு இரண்டு நிமிடம் வதக்கவும். பின் மிளகாய்ப் பொடி, கடலைப் பருப்பையும் போட்டு வதக்கவும்.

கடலைப் பருப்பு வாசனை போக நன்கு வதக்கியதும், கீழே இறக்கி வைத்து சிறு கீரையைப் போட்டுச் சூடாக இருக்கும் போதே கலந்து விடவும். யாவும் நன்கு கலந்தவுடன்சிறுஎலுமிச்சையளவு உருண்டைகளாய்ச் செய்து தனியே எடுத்து வைக்கவும். பின்னர் ஒரு உருண்டைக்கு ஒரு பாலக்கீரை சிறியதாய் இருந்தால் இரண்டு கீரை எடுத்துக்கொண்டு உருட்டவும். உருண்டையைக் கீரையால் மூடவேண்டும். நன்றாக அழுத்தி விட்டு இட்லிப் பாத்திரம் அல்லது குக்கரில் வைத்து இருபது நிமிடங்கள் வேக விடவும்.

சற்று ஆறிய பின் புதினா சட்னி, தக்காளி ஸாஸ் இவற்றுடன் பரிமாறவும்.

பனீர் தயாரிக்கும் முறை: 750 மிலி. பாலில் கொதிக்கும்போது அரை மூடி எலுமிச்சம் பழம் பிழிய பால் உடையும். நீரை வடிகட்டி இறுத்துவிட, மிகும் திப்பியே பனீர் ஆகும். அந்த நீர் சூப் தயாரிக்க ஏற்றது.

—ஷ்யாமளா ரங்கநாதன்
திருத்தணி.

இரண்டாம் பரிசு: பிளாஸ்க் கவர்

பொன்னாங்கண்ணி கீரை கோளா உருண்டை

தேவையான பொருட்கள்:

பச்சை இலை பொடி. பொன்னாங்கண்ணி கீரை 4 கட்டு
கொத்துக்கறி (கொழுப்பில்லாமல்) 350 கிராம்
பொட்டுக்கடலை 150 கிராம்

தேங்காய் ஒரு பெரிய மூடி
பட்டை 3 துண்டு
கிராம்பு 6
பட்ட வத்தல் 8
சின்ன வெங்காயம் கால் கிலோ
கசகசா 2 டீஸ்பூன்
மஞ்சள் பொடி கால் டீஸ்பூன்
முட்டை 2
எலுமிச்சம் பழம் 1
டால்டா 4 டேபிள் ஸ்பூன்
சுத்தமான கடலை எண்ணெய் கால் கிலோ
உப்பு தேவையான அளவு

செய்முறை:

கீரையை இலை இலையாக ஆய்ந்து கொள்ளவும். அதன் வெள்ளைப் பூ, பழுப்பு இலைகளை அகற்றிச் சுத்தமாகக் கழுவி உலர விடவும்.

கொத்துக் கறியை கால் டீஸ்பூன் மஞ்சள் பொடி, உப்புப் போட்டு கொஞ்சமாகத் தண்ணீர் விட்டு வேக விடவும். தண்ணீர் வற்றி வெந்ததும் இறக்கி வைத்துக்கொள்ளவும்.

வடைச் சட்டியில் தேங்காய்த் துருவலை எண்ணெய் ஊற்றாமல் வறுத்துக்கொள்ளவும். சிவக்க விடக்கூடாது.

வெங்காயத்தைச் சிறிது டால்டா விட்டுப் பொன்னிறமாக வதக்கிக் கொள்ளவும்.

பொட்டுக்கடலையைத் துப்புரவு பார்த்து கடலை, கசகசா, பட்டை கிராம்பு வத்தல் எல்லாவற்றையும் சிறிது டால்டா விட்டு வறுத்துக் கொள்ளவும்.

ஆட்டுக்கல்லில் கொத்துக் கறியைப் பாதி ஆட்டிக்கொண்டு அதில் வெங்காயம், தேங்காய்த் துருவல் கடலைக் கலவைகளை இட்டு நன்றாக ஆட்டிக்கொள்ளவும். கலவையை எடுக்கு முன் (தண்ணீர்) உலர வைத்த கீரையைப் போட்டு ஐந்தாறு சுற்றிச் சுற்றி எடுத்துக்கொண்டு, முட்டைகளை உடைத்து ஊற்றி எலுமிச்சம்பழச் சாறு விட்டு நன்றாகப் பிசைந்து உருண்டைகளாக உருட்டிக் கொள்ளவும். ஆட்டும்போது தண்ணீர் தொடவோ ஊற்றவோ கூடாது.

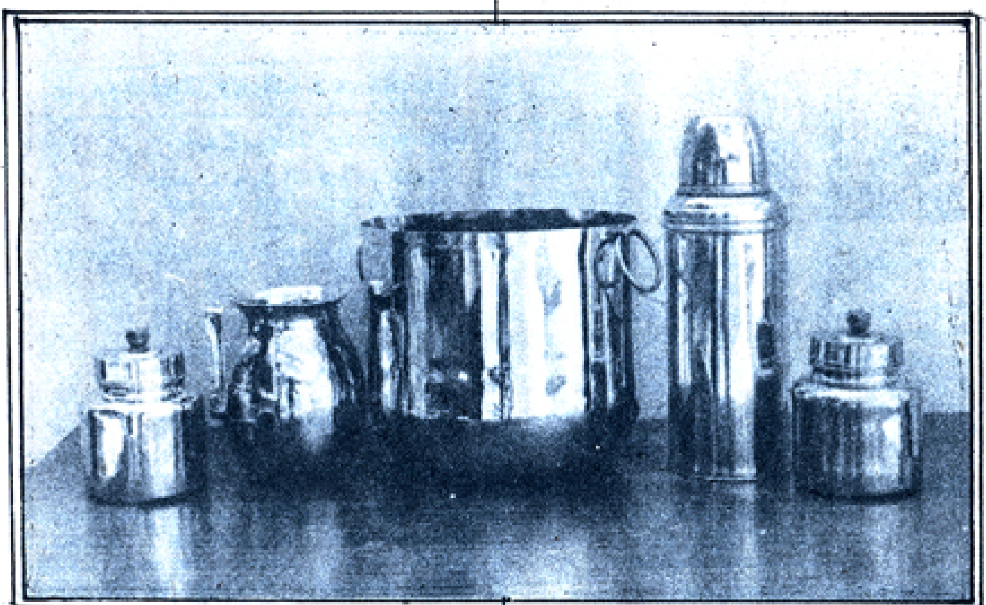
வடைச்சட்டியில் எண்ணெய்யூற்றி நன்றாகக் காய்ந்ததும் உருண்டைகளைப் போட்டுச் சிவக்க விட்டு எடுக்கவும்.

எஃப். ராக்வேண்ட், மதுரை-2

மூன்றும் பரிசு ஐக்

த்ரீ இன் ஒன்

தேவையான பொருட்கள்



பசலைக்கீரை 2 கப் (பொடியாக நறுக்கியது)
சேனைக்கிழங்கு அரை கிலோ
பெரிய வெங்காயம் 2
பச்சை மிளகாய் 4 (சுமாரான சைஸில்)
இஞ்சி ஒரு சிறிய துண்டு
கொத்துமல்லி இலை 1 டேபிள்ஸ்பூன்
பொடிப்பொடியாக நறுக்கியது
பூண்டு இரண்டு பல் (உரித்தது)
கரம் மசாலா அரை டீஸ்பூன்
மிளகாய்ப் பொடி ஒரு டீஸ்பூன்
உப்பு தேவையான அளவு
எண்ணெய் பொரிக்கத் தேவையான அளவு

செய்முறை

சேனைக்கிழங்கைப் பெரிய துண்டுகளாக நறுக்கி அலம்பி நன்றாகக் குழைய வேக வைக்கவும். (சேனையை நறுக்கிய பின்தான் அலம்ப வேண்டும். முதலில் அலம்பிப் பிறகு நறுக்கினால் நறுக்கும்போது கை அரிக்கும்.) நன்றாக வெந்த பிறகு இறக்கி, நீரை ஒட்ட வடித்து விடவும். பிறகு நன்றாகக் கட்டி இல்லாமல் மசித்துக் கொள்ளவும். உரலில் போட்டு இடித்து எடுக்கலாம்.

வெங்காயம், பூண்டு, பச்சை மிளகாய் இஞ்சி, இவற்றைப் பொடிப் பொடியாக நறுக்கிக்கொண்டு, இதில் உப்பு, கரம் மசாலா, மிளகாய்ப் பொடி, நறுக்கிவைத்துள்ள கொத்தமல்லி இலை, நறுக்கிய பசலைக்கீரை (பசலைக்கீரையை வேகவைக்கக் கூடாது) ஆகியவற்றைப் போட்டு, நன்றாகப் பிசைந்துகொள்ளவும், நீர் சேர்க்கக்கூடாது. பிறகு இந்தக் கலவையை நன்றாகக் கட்டி இல்லாமல் மசித்து வைத்திருக்கும் சேனைக் கிழங்குக் கலவையைப் போட்டு மறுபடி நன்றாகக் கலக்கவும். எல்லாம் நன்றாகக் கலந்து கலவையானவுடன் எடுத்து வைத்துக்கொள்ளவும். பிறகு வடை தட்டுவது போல் தட்டி எண்ணெயில போட்டுப் பொரித்து எடுக்கவும். தொட்டுக்கொள்ள தக்காளி சாஸ் நன்றாக இருக்கும்.

மேலே சொல்லப்பட்டபடி (கலவையை தயார் செய்து வடை மாதிரி (சற்று கனமாக) செய்து பிரட் அல்லது ரஸ்க் தூளில் புரட்டி எடுத்துப் பிறகு கரைத்த மைதா மாவில்முக்கி எடுத்து எண்ணெயிலும் பொரிக்கலாம் அல்லது தோசைக் கல்லில் போட்டு எண்ணெயோ அல்லது நெய்யோ விட்டு இரண்டு பக்கமும் புரட்டிப் போட்டுச் சிவந்தவுடன் எடுக்கவும். இதை கட்லெட் என்று கூறலாம். இதுவும் தக்காளி சாஸுடன் சேர்த்துச் சாப்பிடச் சுவையாக இருக்கும்.

—ராஜலட்சுமி, பெங்களூர்-72

ஆறுதல் பரிசு: செம்பு

கீரை இட்லி

தேவையான பொருட்கள்

அரைக்கீரை 250 கிராம் (அ) 5 சிறிய கட்டு
துவரம் பருப்பு 250 கிராம்
கடலைப்பருப்பு 2 டேபிள் ஸ்பூன்
தேங்காய்த் துருவல் கால் மூடி
மிளகாய் 6
பெருங்காயம் மிளகு அளவு
கடலை எண்ணெய் சிறிதளவு
உப்பு, கறிவேப்பிலை, கடுகு தேவைக்கேற்ப

செய்முறை:

துவரம் பருப்பையும் கடலைப் பருப்பையும் தனித் தனியாகத் தண்ணீரில் ஊறவைக்க வேண்டும். அரைமணி நேரம் ஊறியவுடன் துவரம் பருப்பை மட்டும் நன்கு தண்ணீரில் வடித்துவிட்டு, இத்துடன் மிளகாய், பெருங்காயம், தேங்காய், உப்பு இவற்றைச் சேர்த்து வடைக்கு அரைப்பது போல் அரைத்துக் கொள்ள வேண்டும். மிக்ஸியிலும் அரைக்கலாம். பிறகு கீரையை ஆய்ந்து நன்றாகக் கழுவி சிறுசிறு துண்டாக அரிந்து இத்துடன் வடித்த கடலைப்பருப்பு, கறிவேப்பிலை ஆகியவற்றை அரைத்த மாவில் போட்டுக் கலந்து ஒரு தட்டில் மாவைக் கொட்டி இட்லி வைப்பது போல் ஆவியில் வைத்து வெந்தவுடன் இறக்கி வைத்து கொஞ்சம் ஆறியவுடன் துண்டுகளால் கத்தியால் வெட்டி வைத்துக் கொள்ள வேண்டும்.

அடுப்பில் வாணலியில் சிறிது எண்ணெய் விட்டு, கடுகு, உளுத்தம் பருப்பைப் போட்டு சிவக்க வறுத்ததும் நறுக்கிய இட்லித் துண்டுகளை வாணலியில் கொட்டிக்கொஞ்சம் சூடாகும்வரை கிளறி எடுக்க வேண்டும்.

—ஜி. பரிமளா, திருவண்ணாமலை

ஆறுதல் பரிசு செம்பு

முருங்கைக்கீரை பொங்கடம்

தேவையான பொருட்கள்

புழுங்கல் அரிசி ஒரு டம்ளர்
துவரம்பருப்பு ஒரு டம்ளர்
இஞ்சி ஒரு துண்டு
முருங்கைக்கீரை தேவையான அளவு
எண்ணெய் 100 மில்லி
கடுகு ஒரு டீஸ்பூன்
உளுத்தம்பருப்பு ஒரு கரண்டி
கடலைப்பருப்பு 2 கரண்டி
தேங்காய் ஒரு மூடி
பச்சை மிளகாய் 5
உப்பு தேவையான அளவு

செய்முறை:

முதலில் புழுங்கல் அரிசி, துவரம்பருப்பு இரண்டையும் ஊறவைத்து அதனுடன் இஞ்சி, உப்பு, பச்சை மிளகாய் சேர்த்து சிறிது தண்ணீர் சேர்த்து ஆட்டு உரலில் போட்டு அரைத்துக் கொள்ளவும். நைஸாக அரைக்கக் கூடாது. அரைத்து வைத்துள்ள மாவுடன் முருங்கைக் கீரையைக் கலந்து கொள்ளவும். வாணலியில் எண்ணெய்ஊற்றி கடுகு, உளுத்தம்பருப்பு, கடலைப்பருப்பு, தேங்காய்த் துருவல் எல்லாவற்றையும் சிவக்க வறுத்து; கலந்து வைத்துள்ள மாவில் கொட்டவும். பின் வாணலில் 2 ஸ்பூன் எண்ணெய் ஊற்றிக் கலந்து வைத்துள்ள மாவை அதில் ஒரு கரண்டி ஊற்றி மூடி வைக்கவும். சிவக்க வெந்ததும் திருப்பிப் போட்டு சிறிது நெய் விட்டு எடுக்கவும். இப்பொழுது முருங்கைக் கீரைப் பொங்கடம் தயார்.

—ஆர். அபிராமி, புகளூர்



மானிட கங்கை

வித்யா சுப்ரமணியம்

''நீ சொல்றது நிஜந்தானு? ''நா இப்டி கேக்கறது தப்புதான். இருந்தாலும் கேக்கணும்னு தோணித்து. கேட்டுட்டேன்'' அவளைப் பார்த்துக் கேட்டாள் சாவித்திரி.

''நீங்க ஆயிரம் தரம் கேட்டாலும் என் பதில் மாறாது. சத்தியம் என்னிக்கும் சத்தியம்தான்'' அவனும் அழுத்தமாகச் சொன்ன போது தீர்க்கமாக அவளையே பார்த்தான்.

பதினெட்டிலிருந்து இருபது வயதுக்குள் இருப்பான். பஞ்சாபிப் பெண் போல் நல்ல சிகப்பு. சுருட்டை முடி. பிரௌன் கலரில் சின்னக் கண்கள். அளவான நாசி. செப்புப் போல் உதடுகள். லேசாக மேடிட்டிருந்த வயிறு. உடம்பைக் கச்சிதமாகக் காட்டிய நீல நிற ஆர்க்கெண்டி.

அந்த முகம் பொய் சொல்லவில்லை என்பது நன்றாகத் தெரிந்தது சாவித்திரிக்கு. வட்டமான அந்தக் குழந்தை முகம் அடி மனதில் இறங்கி இரக்கத்தைத் தேடிய போது அவளுக்கு ஏதாவது செய்ய வேண்டும் போல் மனது துடித்தது.

''சரி உள்ளே வா.''

அவள் நம்பிக்கையுடன் பின் தொடர்ந்தாள்.

''உன் பேர் என்ன சொன்னே?'' மின் விசிறியைச் சுழல விட்டான்.

''சுஜாதா.''

''நல்ல பேர். மூணு வருஷமா பழகறேங்கற. ஆனாலும் ஏன் அவனைப் புரிஞ்சுக்க உன்னால முடியலே? ஒரு பெண் தானே ஜாக்கிரதையா தன்னைத் காத்துக்கணும்?''

அவள் உதட்டை அழுத்திக் கடித்துக் கொண்டாள். அதில் தன் தவறை நினைத்து வருந்தும் துயரமிருந்தது.

''இதுதான் விதிங்கறது. இட்ஸ் ஆல்ரைட். எவ்ரிதிங் ஈஸ் ஓவர். பாஸ்ட் ஈஸ் பாஸ்ட். இனிமே நடக்கப் போறதைப் பத்தித்தான் யோசிக்கணும். ரொம்ப டயர்டா இருக்கே. இதோ பாத்ரூம். போய் முகம் அலம்பிக்கோ. சூடா காப்பியும் டிபனும் கொண்டு வரேன்.''

உங்கள் வீட்டில் வெட்டி எறியும் ரோஜாக் கிளையில் சற்றுப் பருமனானதாகவும் சிறு கிளைகள் நிறைய உள்ளதுமாக எடுத்து அதன் ஒவ்வொரு முள்ளிலும் கலர் கலர் பாசி மணிகளை மாட்டி, வரவேற்பறையில் வைத்தால் அழகாக இருக்கும். இதை ஒரு மர வாஸில் வைத்தால் இன்னும் பொருத்தமாக இருக்கும்.

வீட்டு வரவேற்பு அறை கலரின் கலர் நிறத்திலேயே ஒரே கலரான மணியாகவும் மாட்டலாம்.

—டி. விஜயலட்சுமி.

சுஜாதா பாத்ரூமிற்குள் நுழைந்தாள். அந்த வீடு அவள் மனசில் நிறைய பிரமிப்பை ஏற்படுத்தி இருந்தது. அருண் பணக்காரன் என்று தெரியும். ஆனால் இவ்வளவு வசதி படைத்தவன் என்று தெரியாது. பணத்துக்காகவா அவனை நேசித்தாள்?

ஒரே கல்லூரியில் இவள் பி. ஏ. முதல் ஆண்டிலும், அவன் பி. ஏ. லிட்ரேச்சர் இறுதியாண்டிலும் படித்துக் கொண்டிருந்தனர். ஆங்கிலத்தில் அழகாகக் கவிதைகள் எழுதுவான். காலேஜ் மாகஸினில் வெளிவந்திருந்த அவனுடைய கவிதை இவளுக்கு ரொம்பப் பிடித்துப் போக, அவனைப் பாராட்டி, தன்னை அறிமுகப்படுத்திக் கொண்ட போது அவன் கண்கள் மலர அவளையே இமைக்காமல் பார்த்தான்.

''ஓ! நான் கவிதையில் வர்ணிச்சிருந்த அந்த ரோஜாப்பூ அப்படியே உயிர்பெற்று என் முன்னால வந்து பாராட்டறா மாதிரி இருக்கு எனக்கு.'' அவன் குறும்பாகச் சிரித்த போது அந்த ரோஜாப்பூ நாணத்தில் சிவந்து தலை குனிந்தது. அதைக் கைகளில் ஏந்தி மென்மையாக ஸ்பரிசிக்க அவன் உதடுகள் துடித்தன.

அவளுக்கும்தான் ஆசைப் பரந்த நெஞ்சில் படர்ந்து அலங்கரிக்க விருப்பமாயிருந்தது. இருந்தாலும் முதல் சந்திப்பின் கூச்சம் இருவரையும் மௌனிக்க வைத்தது.

அடுத்தடுத்த சில பார்வைப் பரிமாறல்கள் காதலைக் கொடுத்து வாங்கிக் கொண்டன. நட்சத்திர ஓட்டலின் மெழுகுவர்த்தி வெளிச்சத்தில் ஒருவரை ஒருவர் சார்ந்துக் கொண்டு உலகமே மறந்த நிலையில் மெய் மறந்து போய்ப் பார்வைகளால் விழுங்க... அவர்கள் காதல் இப்படித்தான் வளர்ந்தது.

அந்த மூன்று வருட காலத்தில் ஒருமுறை கூட அவர்கள் அத்து மீறிப் போனதில்லை.

காலேஜ் டே வந்தது. அந்த வருடத்தோடு இருவருக்கும் படிப்பு முடிகிறது. இவளுக்காகவே அவன் பி. ஏ. முடித்து எம். ஏ. சேர்ந்திருந்தான்.

வண்ணப் பூக்களை வாரியிறைத்தாற் போல் மாணவியர்கள் கும்பல் கும்பலாய் சிரித்தார்கள். அத்தனை பேரையும் தூக்கிச் சாப்பிட்டு விடுவது போல் வெள்ளை ரோஜாவாய் வெண்ணிற உடையில் பூத்துக் குலுங்கும் சுஜாதாவைக் கண்டு அன்றுதான் முதன் முதலாகப் புத்தித் தடுமாற மனதில் உறுதி குலைய சித்தை பலவீனப்பட அவன் தன்னை இழந்தான்.

தனிமையை விரும்பி கார்டனில் இருட்டான பகுதிக்கு அவளை அழைத்துச் சென்றவன் பேசி மகிழ்ந்ததோடு நில்லாமல் அவளை இன்பத்தின் கோடிக்கே கொண்டு போய் விட்டான்.

நடந்து போனதும் நிகழ்காலமும் நிதர்சனமாகப் புரிந்ததும் அவன் எல்லாப் பெண்களையும் போல் அழவில்லை. மாறாக,

''கலாசாரி வாழ்க்கை இன்னிக்கு நாம பிரியப் போற கடைசி நாள். ஆனா தாம்பத்திய வாழ்க்கை நம்மோட முதல் நாளாவும் இதுவே அமைஞ்சுப் போச்சு. சரியோ தப்போ உடம்பாலயும் நாம பரஸ்பரம் சேர்ந்துட்டோம். இந்தத் தவறுக்கு சூழ்நிலை மேல பழி போடறது விவேகமில்லே. தவிர இதுல ரெண்டு பேருக்கும் சம பங்கு இருக்கு. அதனால ரெண்டு பேரும் நம்பளைச் சேர்ந்தவா கிட்ட பேசி உடனே திருமணம் செய்து கொள்வோம்.''

அன்றைக்குச் சரி, சரி என்று தலையாட்டிச் சென்றவன்தான். பிறகு தகவலே இல்லை.

பரபரப்பிலும் மறதியிலும் அவன் புதிதாகக் குடி போயிருக்கிறோம் என்று சொன்ன விலாசத்தைக் கூட வாங்கிக் கொள்ளத் தோன்றவில்லை.

இவர்கள் செய்த தவறுக்காக நாட்கள் ஸ்தம்பித்து நின்று விடுமா என்ன? அது பாட்டுக்குத் தினம் பிறந்து தினம் செத்து ஓடிக் கொண்டிருந்தது. அந்த ஓட்டம் அவள் உடம்பில் சில மாற்றங்களை

நீலி பிருங்காதி தைலம்



கூந்தல் வளர்ச்சிக்கு சிறந்தது. முடி உதிர்வது நின்று கருமையாக நீண்டு வளரும்.

"ஆனந்தா"

விலாசம் கவனித்து வாங்கவும், சென்னையில் எல்லா கடைகளிலும் கிடைக்கும்.

சென்னை கிளை : 147, கச்சேரி வீதி, மைலாப்பூர், சென்னை-600 004
போன் : 74076

ஆனந்தா வைத்தியசாலை

பழனி-624 601

ஸ்பெஷல்

புலி மார்க்

வாசனை சீயக்காய்தூள்

நீராடி மகிழ நேர்த்தியான சீயக்காய்தூள்



மயில் மார்க் நிலையம்

சென்னை-600021

விசி எறிந்த போது தான் அவள் அதிர்ந்து போனாள்.

அத்தைக்கு அவள் நிலைமை பார்த்தவுடனேயே புரிந்து விட்டது. திட்டினாள். அழுதாள். 'தாய் தகப்பன் இல்லையென்னு செல்லம் கொடுத்து வளர்த்து விட்டேனே' என்று தன்னையே அறைந்து கொண்டாள்.

அவள் கொஞ்சம் உறுதியடைந்து அத்தையைச் சமாதானம் செய்து அவளிடம் அழுத்தமாகப் பேசினாள்.

'அத்தை. இது தப்புன்னு தெரிஞ்சுதான் நடந்தது. ஒத்துக்கறேன். ஆனால் என்ன பண்றது. திடீர்னு ஆம்பளையோட ஸ்பரிசம் பட்ட உடனே மனசு உடம்பு எல்லாமே பலவீனமாகிப் போச்சு. ஆனா அதுக்காக என்னை மட்டும் குத்தம் சொன்னா எப்படி? அவருக்கும் இதுல சரி பங்கு இருக்கு இல்லையா?''

''என்னடி பிரயோஜனம்? இப்போ வயத்தைச் சாக்கவண்டது நீ மட்டும் தானே'' அத்தை வெறுப்பை விஷமாகக் கக்கினாள்.

''அதனாலதான் சொல்றேன். அவரைக் கண்டுபிடிக்கறேன். கண்டுபிடிச்சு என் நிலைமையைச் சொல்றேன். கண்டிப்பா என்னை ஏத்துப்பார். எனக்கு நம்பிக்கை இருக்கு.''

அவள் அவனைத் தேடும் யாத்திரையை மேற்கொண்டாள். அதில் ஒரு தவமிருந்தது. நோக்கமிருந்தது. உறுதி இருந்தது. சாதித்து விட வேண்டும் என்ற வெற்றி இருந்தது. கல்லூரிக்குப் போனாள். தெரிந்த சில பேரிடம் விசாரித்தாள். அவனுடைய இரண்டு மூன்று சிநேகிதர்களை அணுகினாள். சிலர் மேடிட்ட அவள் வயிற்றைக் கேலியாகப் பார்த்தபடி உதட்டைப் பிதுக்கினர்.

கடைசியாக அவனுடைய நெருங்கிய நண்பன் பிரபாகரின் நினைவு வர அவன் வீட்டுக்குச் சென்றாள்.

விஷயம் புரிந்து பிரபாகர் உண்மையிலேயே வருத்தப்பட்டு, ''சாரி சிஸ்டர். இப்போ அவன் எங்க இருக்கான் என்ன பண்றான்னு சரியாத் தெரியலே. வேணும்னா ஐ கேன் கிவ் ஹிஸ் அட்ரஸ்'' என்றான்.

வயிற்றில் பாலின் குளுமை படர விலாசத்தைப் பெற்றுக் கொண்டு நன்றி கூறினாள்.

வீட்டைக் கண்டுபிடித்தாள். பெரிய பங்களா. ஆனால் இருந்ததோ அருணின் குடும்பமல்ல என்று புரிந்த போது நெஞ்சில் புரண்ட ஏமாற்றத்தில் தளர்ந்து போனாள்.

அத்தையை விட்டு வந்து முழுசாக இரண்டு மாதமாகி விட்டது. கையில் கொண்டு வந்த பணம் கரைந்து கொண்டிருந்தது. அதை விட வுமன்ஸ் ஹாஸ்டலில் தோழிக்குப் பாரமாய் எத்தனை நாள் இருப்பது என்ற பிரச்சினை முள்ளாய் இதயத்தைக் குத்தியது.

வயிற்றில் குழந்தை புரளத் தொடங்கி விட்டது. அத்தனை வேதனையிலும் சின்ன சுகம் பரவசத்துடன் கண் மூடி அனுபவித்தாள்.

ஆணா, பெண்ணா? யாரைப் பிரதிபலிக்கப் போகிறதோ என்று நினைத்துக் கொண்டாள்.

ஃப்ரூட் மார்க்கெட்டில் எதேச்சையாய் ஒரு முகம் கண்ணில் பட, சின்ன ஆச்சரியம் மனதில் பிரசவித்தது. அந்த முகத்தில் அருணின் ஜாடை அப்பட்டமாய் இருந்தது. ஒருக்கால் அவன் தாயோ? மனசு அலைபாய ஓட்டமாக அருகில் வந்தவள் துணிந்து கேட்டு விட்டாள்.

''எக்ஸ்க்யூஸ் மி மேடம்.''

ஏழைக்கேற்ற எள்ளுருண்டை

காய் கனிகள் மலிவாகக் கிடைக்கும்போது நிறைய வாங்கி ஸ்டாக் வைத்துக்கொள்ள யார்தான் விரும்ப மாட்டார்கள்? ஆனால் வைத்துப் பாதுகாக்க ஒரு 'ஃப்ரிட்ஜ்' இல்லையே என்ற கவலை வேண்டாம்.

நீங்கள் செய்ய வேண்டுவதெல்லாம் ஒரு தலையணை உறை அளவில் ஒரு பாலிதீன் பை (ட்ரேன்ஸ்பரண்ட்) வாங்கி வைத்துக்கொள்ள வேண்டியதுதான். அதில் பாதி அளவுக்கு மேற்படாமல் காய் கனிகளைப் போட்டு, பையின் விளிம்பை ஒரு கயிற்றினால் மேல் புறம் காற்றுப் புகாமல் கட்டிவிடவும்.

பிறகு ஒவ்வொரு நாள் காலையிலும் பையை அவிழ்த்துப் பண்டங்களைக் கீழே கொட்டி பையின் உள் பாகத்தை வெளிப்பாகமாக மாற்றி ஈரத்தைத் துடைத்து விடவும். மறுபடியும் காய் கனிகளைப் பையில் போட்டு முன் மாதிரியே கட்டிவிடவும். இதே போல் தவறாமல் தினமும் செய்து வர, வாரம் முழுக்கக் காய்கள் பசுமையாக இருக்கும்.

திருமதி தேவனுதன்

குயிலின் குரலை அருகில் கேட்டுத் திரும்பினான் அவன்.

''தப்பா நினைச்சுக்கலேன்னா உங்ககிட்ட ஒரு விஷயம் கேக்கலாமா?''

அவள் புன்னகை கொஞ்சம் தைரியத்தைத் தர ''உங்களுக்கு அருண் என்று...?''

இவள் முடிப்பதற்குள் அவளிடமிருந்து. ''ஆமாம் என் பிள்ளைதான்'' என்ற பதில் வந்தது.

தேன் துளிகளாய்க் காதில் பாய்ந்து சிந்தையில் படர்ந்த அந்த வார்த்தைகள் அத்தனை நாள் பட்ட துன்பத்திற்கெல்லாம் விடிவெள்ளியாய்த் தெரிய, தாங்க முடியாத சந்தோஷம் கண்ணீராய், வெளிப்பட்டு கன்னத்தில் கோடு போட உணர்ச்சிப் பிழம்பாய் நின்று விட்டாள்.

''எதுக்குக் கேட்ட? நீ யாரும்மா.?''

அன்பான குரல்.

அவனுக்குக் கொஞ்சம் நம்பிக்கைப் பிறந்தது. இந்தத் தாய் நல்லவள். இவளிடம் எல்லாவற்றையும் மனம் திறந்து சொல்லலாம். கண்டிப்பாக ஒரு வழியை இவள் காட்டுவாள் என்ற நம்பிக்கை தோன்ற வழிநெடுக நடந்து கொண்டே எல்லாவற்றையும் சொல்லி விட்டான்.

வீட்டு வாசற்படி ஏறும் போது தான் 'நீ சொல்றது நிஜந்தானு' என்று அவன் கேட்டான்.

"சுஜா. மூஞ்சி அலம்பறயா. குளிக்கறயா?"

சட்டென்று சிலிர்த்துக் கொண்டாள், சுஜா. அப்பா! எத்தனை ஒட்டுறவாக அழைக்கிறாள். எண்ணி ஒரு மணி நேரத்தில் இத்தனை பாசத்துடன் பழகுகிறாள் என்றால் இவள் எவ்வளவு உயர்ந்த தாயாக இருக்க வேண்டும்?

வெளியில் வந்தாள். "காபி ஆறிப் போறதென்னு கூப்பிட்டேன்" சிரித்தாள்.

"மூஞ்சிதான் அலம்பினேன். குளிக்கலே."

"அது தெரியறது."

சுஜா நிமிர்ந்து பார்த்தாள்.

"நீ குளிக்கலேன்னு" மேடிட்ட வயிற்றைப் பார்த்துச் சிரித்தாள் சாவித்திரி.

சுஜா வெட்கப்பட்டாள். "சரி இனிமே நடக்க வேண்டியதைப் பத்தி யோசிக்கலாம். அருண் என்னோட ஒரே பிள்ளை. அவனுக்கு அப்புறம் பொறந்த ஒரு பொண்ணு எட்டு வயசுல காமாலே வந்து செத்துப் போயிடுத்து. அவனோட அப்பா ஸ்டேட்ஸ்ல இருக்கார். ஒரே பிள்ளைய நல்ல பழக்க வழக்கங்கள் உள்ள ஒரு இந்தியனா வளர்க்கணும்னு ஆசைப்பட்டு நா இங்கேயே இருக்கறதா சொல்லிட்டேன். வருஷத்துக்கொருதரம் மூணு மாசம் லீவு எடுத்துண்டு அவர் வருவார்.

பொழுது போகாம நா ஒரு ஸ்கூல் நடத்திண்டு இருக்கேன். நன்னா நடக்கறது. வசதியுள்ள எடத்துல பீஸ் பிடுங்கிண்டு, வசதியில்லாத குழந்தைகளை இலவசமாச் சேர்த்துண்டு... கண்டிப்பா இதுக்குப் பேர் சேவையில்லே. சுயநலம். குழந்தைகள் என்னுடைய மனசுக்கு ஆறுதலா இருக்கு. நேரம் போறது தெரியலே.

வாழ்க்கை, பிரச்னையில்லாமல் போறதென்னு சந்தோஷமா இருந்தேன். இப்போ அது ஆரம்பம் ஆயிடுத்துன்னு தோன்றது. என் பிள்ளையிடம் தமிழ்ப் பண்பாடு துள்ளி விளையாடறதைப் பார்த்து மலைச்சுப் போய் நிக்கறேன். கற்பழிப்பை விட மகா கேவலமானது நம்பிக்கைத் துரோகம். அதைத்தான் அவன் செஞ்சிருக்கான்.



இருக்கட்டும். இப்போ அதுக்கு உடனே வழி கேட முடியாது. என்னு லீவுக்கு வந்திருந்த அவன் அப்பாவோடேயே மேல் படிப்புக்காக அவன் போய் கிட்டத்தட்ட அஞ்சு மாசம் ஆயாச்சு. வர மூணு வருஷம் ஆகும்.'' அவள் முகம் வாடுவதைக்கண்டு, ''அதனால நீ கவலைப்படாதே. உனக்காகப் பணத்தைப் பார்க்காம அவனை இன்னும் ஆறுமாசம் கழிச்சு அவனோட லீவுல இங்க வரவழைக்கறேன். அது வரைக்கும் நீ இங்கேயே இருக்கலாம். இனி இதுதான் உன் வீடுன்னே நினைச்சுக்கோ.''

நன்றியில் கண்கள் பளபளக்க, நாத்தழுதழுக்க, ''உங்களுக்கு எப்படி நன்றி சொல்றதுன்னு தெரியலே... நீங்க ஒரு தெய்வம்'' வார்த்தைகள் தடுமாறின.



''அசடு நா மனுஷிதான். என் மனசுல நீயே ஒரு குழந்தைன்னு பட்டுப்போச்சு. நீ போய் சொல்லலே. நீ சொன்னது அத்தனையும் சத்தியம்னு நம்பித்தான் உன்னை வீட்டுக்குள்ள கூப்பிட்டேன். என் பேரனோ, பேத்தியோ, அதைச் சுமக்கிற உன்னை நேசிக்கறேன். அதுக்கும் மேல நீயும் என்னை மாதிரி ஒரு பெண் என்பது தான் உன்மேல் ஒரு பிடிப்பு ஏற்படக் காரணம். எந்த அளவுக்கு என் பிள்ளை முகம் உன் நெஞ்சில் பதிஞ்சு இருந்தால், என்னைப் பார்த்த உடனே இது அவனோட தாயா இருக்கக் கூடாதான்னு பரிதவிச்சுப் போய் அவனைப் பத்திக் கேட்டிருப்பேன்னு நெனைச்சுப் பார்த்தேன். புல்லரிச்சுப் போச்சு.

துரோகம் என் பிள்ளை செஞ்சாலும் நா செய்ய மாட்டேன். என் பிள்ளை செஞ்ச தப்பைத் துடைக்க எறியறது தான் என் கடமை. இந்த நிமிஷத்துலேர்ந்து நீதான் என் மாட்டுப் பெண். புரிந்ததா?''

சுஜா விக்கி விக்கி அழுதாள்.

2

அடுத்த மாதம் அவளுக்கு எட்டாம் மாசமானதால், தெரிந்தவர்கள் சிலரை மட்டும் கூப்பிட்டு அவளுக்கு வளைகாப்பு பண்ணினாள். யார் இந்தப் பெண்? என்ன உறவு என்று கேட்டவர்களிடமெல்லாம் தயங்காமல், மாட்டுப் பெண் என்று பளிச் சென்று சொன்னாள். அது எப்படி திடுதிப் பென்று பிள்ளை இங்க இல்லையே, கல்யாண மாசலையே என்றெல்லாம் வம்பு பேசி அரட்டை அடிக்கவோ, அவளிடம் அதைப் பற்றி விசாரிக்கவோ யாருக்கும் திராணியில்லை. சத்தியமும் நேர்மையும் அங்கே விஸ்வரூபமெடுத்து அக்னிப் பிழம்பாய் மற்ற சந்தேகங்களை பஸ்மமாக்கிக் கொண்டிருந்தது.

சுஜா அத்தைக்கு விவரமாக லெட்டர் போட்டாள். பதில் வரவில்லை. அதைப் பற்றிக் கவலைப்படாதே. போகப் போகச் சரியாகி விடும் என்று சமாதானப் படுத்தினாள் சாவித்திரி.

வளைகாப்பு முடிந்த மாட்டுப் பெண்ணிற்கு அவன் ஆசைப்பட்டதையெல்லாம் வாங்கிக் கொடுத்து, விரும்பின இடங்களுக்கெல்லாம் அழைத்துப் போய், வாய்க்கு ருசியாய் வகை வகையாய் பண்ணிப் போட்டு, வேண்டிய மருத்துவ உதவி அளித்து... ஒரு பூ மாதிரி... ஓ! அன்று அருண்கவிதையில்வர்ணித்திருந்த ரோஜாப்பூ மாதிரி... ஆனால் அவன் தாங்குவதற்குப் பதில் மாமியாரால் தாங்கப் பட்டாள்.

''சுஜா இந்தா கங்கைத் தண்ணி. எங்கஸ்கூல்ல ஒரு பேரண்ட் போயிருந்தாளாம். கொண்டு வந்து கொடுத்தா.''

சுஜா உள்ளங்கையைக் குவித்து அந்த பரிசுத்த தீர்த்தத்தை வாங்கித் தொண்டையை நனைத்துக் கொண்டு தலையில் தடவிக் கொண்டாள்.

''நிறைய குடி சுஜா. இந்தத் தண்ணி சாதாரண ஜலமில்லே. கங்கா ஜலம். எல்லோருடைய தேகத்தையும், மனசையும் பரிசுத்தமாக்கி, அத்தனை அழுக்கையும் தன்னில் கரைச்சுண்டு, அதே நேரத்தில் தானும் பரிசுத்தமாகவேஇருந்துண்டு எல்லாருக்கும் மகிழ்ச்சியையும் வளத்தையும் வாரி வழங்கிண்டு ஓடற பிரவாகத்தோட ஒரு துளி.

இது உன் தொண்டையோட நிக்கக் கூடாது. உன் வயத்தை நனைக்சணும். இதோட ஒரு துளி உன் வயத்துல இருக்கற கொழந்தைக்கும் போகணும். தகப்பனோட மாசு படிந்த மனசு அந்தக் குழந்தைக்கு இல்லாம அது பிறக்கணும். உத்தமனு வளரணும்.'' சுஜா கண்ணை மூடிக் கொண்டாள். 'உண்மைதான் இது தீர்த்த கங்கை. இதோ என் கண் முன் நிற்கும் இந்தத் தாய் ஒரு மானிட கங்கை. இந்த கங்கையில் தான் நான் ரோஜாப்பூவாய் மிதக்கிறேன். இதன் மென்மையான ஓட்டம் நிச்சயமாய் என் இறைவனிடம் என்னைச் சேர்த்து விடும்.'

> உங்கள் குழந்தை உங்களுக்கே கட்டுப் படாமல் அடங்காப் பிடாரியாக இருக்கிறதா? குழந்தைக்கு இனிப்புக் கொடுப்பதை உடனே நிறுத்துங்கள். படிப்படியாக குழந்தை சாத்வீகமாக மாறிவிடும் என்று 'மிர்ரர்' கூறப்பட்டுள்ளது.
>
> —திருமதி தேவனுதன்.

3

சரியாக டாக்டர் குறித்துக் கொடுத்த நேரத்தில் செக்கச் செவேலென்று பஞ்சு மிட்டாய் போல் பெண் குழந்தை பிறந்தது. இருவரின் ஜாடையும் அதற்கு இருந்தது.

செப்பு, வாய், சின்னக் கண்கள், எல்லாம் சுஜா போல். அகன்ற நெற்றி, மடங்கின காது மடல், புஷ்டியான கன்னம், மோவாய் புருவ வளைவு எல்லாம் அருண் மாதிரி.

சாவித்திரி சந்தோஷத்தில் சின்னக் குழந்தையாய் குதித்து மகிழ்ந்தாள். ஆஸ்பத்திரியில் மட்டுமல்லாமல் வீட்டுக்கு வந்த பிறகும் சுஜாவை ஒரு சின்னக் குழந்தை போல்தான் நடத்தினுள்.

''சுஜா, நீ பாட்டுக்கு வெயிட்டெல்லாம் தூக்க ஆரம்பிச்சுடாத. முழுசா ஒரு மாசம் கூட ஆகலே.''

''ராத்திரி பாத்ரூம் போகணும்னு என்னை எழுப்பிக் கூப்பிடு. தனியே போய்டாத. பெத்த உடம்பு அலண்டு போயிருக்கும். மயக்கம் வந்துடப் போறது!''

''ராத்திரி குழந்தை படுத்தி தூக்கம் இல்லாமப் பண்ணிட்டா இல்லே. நா இன்னிக்கு ஸ்கூலுக்குப் போகலே. நீ ரெஸ்ட் எடுத்துக்கோ. நா குழந்தையைப் பார்த்துக்கறேன்.''

போறுததற்கு வேலைக்காரி கூட வைத்துக் கொள்ளாமல், குழந்தைத் துணிகள், இவள் துணிகள், கட்டில் விரிப்பு, ஜன்னல் கர்ட்டன்கள் எல்லாவற்றையும் மாங்கு மாங்கென்று தோய்த்துப் போட்டு, தினமும் பினாயில் தெளித்து அறையைச் சுத்தம் செய்து, விரிப்புக்களை மாற்றி, குழந்தையைத் தினமும் குளிப்பாட்டி, டிரஸ் பண்ணி, அதற்கு இப்போதிருந்தே பொம்மைகளாய் வாங்கிக் குவித்து... மொத்தத்தில் திருமணம் என்ற ஒரு சடங்கு நடக்காமலே அங்கே மாமியார், மருமகள் என்ற அன்பு நதிகள் சங்கமித்துக் கொண்டிருந்தன.

• • • •

அன்றைக்கு அருணிடமிருந்து லெட்டர் வந்தது. இன்னும் பத்து நாளில் வெக்கேஷன் ஆரம்பம் என்று எழுதியிருந்தான். தவிர அங்கேயே ஒரு பெரிய கம்பெனியில் வேலைக்கு அழைப்பதாகவும், படிப்பு முடியும் வரை பார்ட் டைமாகச் செய்யலாம் என்றும் அதற்குப் பிறகு முழுநேர வேலை என்றும் அப்பாவும் அதற்குச் சம்மதித்து விட்டதாகவும் அவர்கள் உதவியால் கிரீன் கார்ட் கிடைத்து விட்டதாகவும் வெக்கேஷனுக்குப் பிறகு வேலையில் சேர உத்தேசித்திருப்பதாகவும் வெக்கேஷனுக்கு கானடா போவதாகவும், நயாகராவின் பிரும்மாண்டமான பிரவாகத்தைப் பார்க்கப் போவதாகவும் எழுதியிருந்தான்.

கேலியாகச் சிரித்தாள் சாவித்திரி. ''முட்டாள், நயாகராவை விட அழகான பிரவாகம் இங்கே இருப்பது தெரியாமல் எங்கோ ஓடுகிறான்'' என்றாள்.

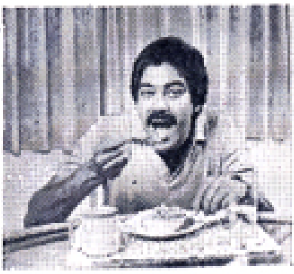
அன்றைக்கு ராத்திரி ஃபோனில் அருணுடன் தொடர்பு கொண்டவள் அவனை உடனே மெட்ராஸ் வரச் சொல்லி அதிகாரமாகவும், ஆணித்தரமாகவும் கூறினாள்.

மறுமுனையில் சிணுங்கலுடன் மறுத்த பிள்ளையிடம் சற்று கடினமாகவே, ''அருண் காரணமில்லாம நா உன்னை வரச் சொல்லலே'' கொஞ்சம் நெகிழ்ந்து, ''உனக்காக நா ஆசையா ஒரு விலை மதிக்க முடியாத பரிசு வெச்சிருக்கேன். அதை இப்பவே உன் கையில குடுத்துடணும்னு எனக்கு மனசு துடிக்கறது. தயவு செஞ்சு என் சொல்லைத் தட்டாம வந்துடேன். அருண் ப்ளீஸ்...'' கடைசியில் கெஞ்சலுடன் முடித்

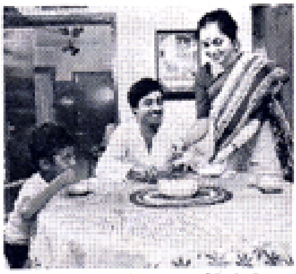
முகம் மலர்ந்து புன்னகை புரிந்திட மூன்று வழிகள்



சேவரிட் சேமியாவிலிருந்து தயாரிக்கப்பட்ட 'தயிர் சேமியா' அருந்தியதால் முகத்தில் அரும்பும் இளநகை.



சேவரிட் சேமியாவிலிருந்து தயாரிக்கப்பட்ட சுவையான உப்புமாவை சுவைத்தபின் ஏற்படும் பெருநகை.



சேவரிட் சேமியாவிலிருந்து தயாரிக்கப்பட்ட பாயசத்தின் சுவையை கண்டுணர்ந்தபின் ஏற்படும் கூட்டுச்சிரிப்பு.

புதிய
சேவரிட்
சேமியா
தித்திப்போ அல்லது காரமோ உங்களுக்கு விருப்பமான ஆகாரத்தை தயாரித்திட.

ஒரே வகையான உணவை தின்று தின்று சலித்துவிட்ட நீங்கள் புதிய சேவரிட் சேமியாவின் உதவியால் ஒரு மாற்றத்தை ஏற்படுத்துங்கள்.

சிறந்தது, சுவையானது, சமைக்கும் போது கட்டியாவது இல்லை. 5 நிமிடங்களில், விரைவாக, மிக எளிதாக தயாரிக்கலாம்.

பொன்னிற சேவரிட்

தித்திப்போ அல்லது காரமோ உங்களுக்கு எது விருப்பமோ அதனை பொன்னிற சேவரிட் கொண்டு தயார் செய்திடுங்கள். அவர்களது மலர்ந்த முகம் காட்டிவிடும் அதன் தெவிட்டாத சுவையை.

உப்புமா-சேவரிட் வழங்கும் சுவையான காலை உணவு, உங்கள் அன்புக்குரியவர் அலுவலகம் செல்லும்போது கொடுத்து அனுப்ப.

தயிர் சேமியா--பள்ளியிலிருந்து துள்ளிவரும் குழந்தைகளின் மாலைநேர பசியை ஆற்றிட சேவரிட் வழங்கும் 'தயிர் சேமியா' (செய்முறை கீழே தரப்பட்டுள்ளது).

பாயசம்—அறுசுவை உணவை உண்டபின், தேன்சுவை பாயசம் அருந்த வேண்டாமா? சேவரிட் சேமியாவிலிருந்து பாயசம் தயாரித்திடுங்கள். அதன் சுவையை அனுபவித்திடுங்கள்.

சேவரிட், சுகாதார முறையில், கைகள் படாமல், நவீன ஸ்விஸ் இயந்திரத்திலும் தயாரிக்கப் படுபவை. 200 கிராம் மற்றும் 400 கிராம் சீல் செய்யப் பட்ட பாக்கெட்டுகளில் வருகின்றன. இன்றே சுவைத்துப் பாருங்கள்.

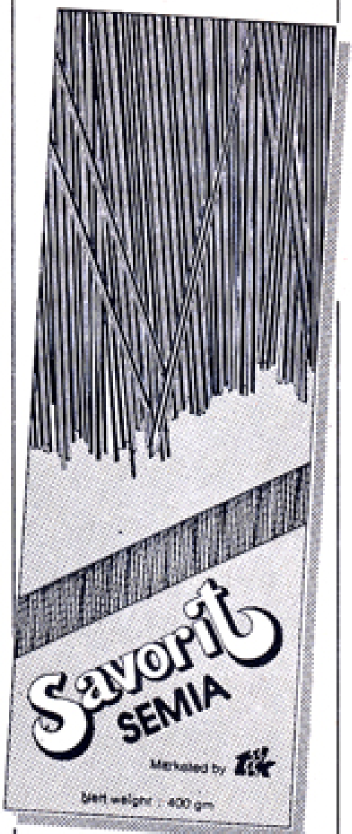
தயாரிப்பாளர்கள்: யுனைடெட் இந்தியா மெக்கரோனி, திண்டுக்கல்-624 310 (தமிழ்நாடு)

செய்முறை:

தேவையான அளவு நீரை கொதிக்க வைத்து, சிறிதளவு உப்பை சேர்த்து சேவரிட் சேமியாவை அதிலே போட்டு வேக வையுங்கள். பிறகு கீழே இறக்கி, வேண்டிய அளவு தயிரோடு அதனை கலந்திடுங்கள். உங்கள் சுவைக்கு ஏற்ப வெங்காயம், கொத்துமல்லி, கறிவேப்பிலை, மிளகாய் இவற்றை அளவோடு அதிலே கலந்து கொண்டால், சுவையான 'தயிர் சேமியா' தயாராகிவிடும். உங்கள் நாவிலே நீர் ஊற்றெடுக்கும்.

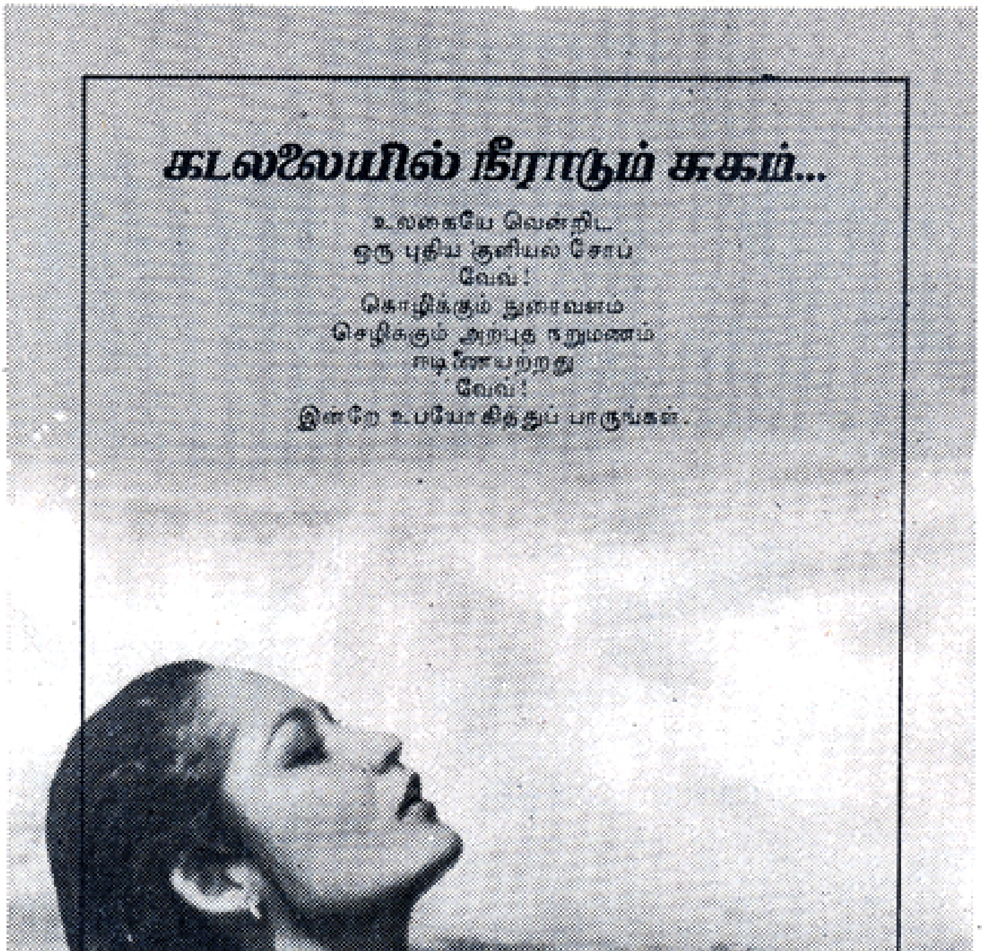


சேவரிட் சேமியா ஆகாரம்
பல்சுவை நிறைந்த பலகாரம்



வழங்குவோர் TTK

Sista's-UIM-1219/84-Tam


கடலலையில் நீராடும் சுகம்...
உலகையே வென்றிட
ஒரு புதிய 'குளியல் சோப்
வேவ்!
கொழிக்கும் நுரைவளம்
செழிக்கும் அற்புத நறுமணம்
ஈடிணையற்றது
வேவ்!
இன்றே உபயோகித்துப் பாருங்கள்.
WAVE
LUXURY
TOILET SOAP
புதிய
வேவ்
லக்சுரி டாய்லெட் சோப்
உடலெங்கும் நிறைந்திடும் உல்லாச நறுமணம்!

தான். கொஞ்ச நேரத்தில் முகம் மலர ஃபோனை வைத்தாள். அருண் சம்மதித்திருக்க வேண்டும்.

• • • •

''சுஜா நாளைக்கு அவன் வரான். முதல்ல நீ அவன் கண்ல பட வேண்டாம் என்ன?''

தலையாட்டினாள் சுஜா. மனசு பரபரப்பில் கனித்தது.

• • • •

மறுநாள் போர்டிகோவில் கார் வந்து நின்றதும், மனசு முழுக்க ஏராளமான துடிப்புகளுடன் மாடி ஜன்னலின் திரைச் சீலையை லேசாக விலக்கிப் பார்த்தாள்.

அன்னிய மண்ணின் சீதோஷ்ணம் ஏற்கெனவே வெளுப்பாக இருப்பவனை, மேலும் தக்காளிப் பழம் போல் மாற்றியிருந்தது. ஆள் இன்னும் பூசினாற்போல் இருந்தான். கண்களில் அதே திட்சண்யம். புஷ்டியான மீசைக்கடியில் அதே தடித்துச் சிவந்த அழுத்தமான உதடுகள்.

உடம்பெங்கும் மின்சாரம் பாய்ந்தது போல் ஒரு உணர்ச்சி. அதற்குப் பெயர் பயமா? அல்லது சந்தோஷமா? ஜில்லென்று பரவியது.

கீழே பேச்சுக் குரல் புரியாத ஒலி வடிவில் மெல்லிசாகக் கேட்டது. நன்கு தூங்கிக் கொண்டிருந்த குழந்தை லேசாகப் புரண்டது. அடுத்த நிமிடம் வீலென்று கத்தத் தொடங்கியது. வாரி எடுத்துக் கொண்டு மார்போடு அணைத்துச் சமாதானப்படுத்த முயன்றாள். ம்ஹூம் முடியவில்லை. எதற்காக இப்படி அழுகிறான் தகப்பன் வந்த சந்தோஷமா? அழுகையில் காட்டுகிறான்? உடம்பெங்கும் பார்த்த போது தொடைக்குக் கீழே சின்னத் தடிப்பு. சிற்றெறும்பு ஒன்று கடித்து விட்டு ஊர்ந்து கொண்டிருந்தது. எடுத்துக் கீழே போட்டு நசுக்கினாள். அதில் என் குழந்தையையா கடித்தாய் என்ற ஆத்திரமிருந்தது.

''என்ன மம்மி, நீ எப்ப கிரிச் நடத்த ஆரம்பிச்ச? மாடில 'ஏதோ கொழந்தை அழற சத்தம் கேக்குறது'' குறும்பாகச் சிரித்தான்.

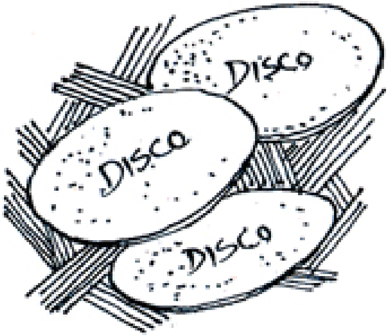
''கிரிச்சும் நடத்தலே. ஒண்ணும் நடத்தலே. அங்க அழறது என் பேத்தி...''

அதிர்ந்தான். அவனை நிமிர்ந்து பார்த்தாள். இசைத்தட்டின் லேசான சடைசி அதிர்வு அவன் கண்களில் தெரிந்தது.

''என்ன சொல்ற?''

''நிஜம் தான், என் பேத்திதான் அழறா. பார்க்கணுமா? வாயேன் காட்டறேன்.''

மாடிப்படியில் அவர்கள் ஏறிவரும் சத்தம் கேட்டதும் மறுபடி தூங்க ஆரம்பித்திருந்த குழந்தையைத் தொட்டிலில்



டிஸ்கோ பன் தோசை

தேவையான பொருட்கள்:

வெண்புழுங்கல் அரிசி 2 ஆழாக்கு
அவல் கால் ஆழாக்கு
மோர் 4 ஆழாக்கு
தேவைக்கேற்ற உப்பு

செய்முறை:

புழுங்கல் அரிசியைத் தனியாக எடுத்து நன்றாக ஜலம் விட்டுக் களையவும். கல் இல்லாமல் அரித்து எடுத்து ஸ்டீல் கிண்ணத்தில் போடவும். பின்பு அவலையும் நன்றாக ஜலம் விட்டுக் களையவும். பின்பு கல் இல்லாமல் அரித்து ஏற்கனவே அரித்து வைத்திருக்கும் புழுங்கல் அரிசியுடன் பிழிந்து போடவும். இரண்டையும் மோர் விட்டு முதல் நாள் இரவே ஊறவைக்கவும். அந்தப் பாத்திரத்தில் ஓர் இஞ்ச் அரிசி, அவலுக்கும் மேல் மோர் இருக்க வேண்டும். மறுநாள் காலை அவை நன்றாக ஊறியிருக்கும். அதனுடன் தேவைக்கேற்ற உப்பு சேர்த்து கிரைண்டரில் அல்லது ஆட்டுக் கல்லில் போட்டு மைபோல் அரைக்க வேண்டும். கைக்கு மிருதுவாய் இருக்குமாறு அரைக்கவேண்டும். அரைக்கும் போது மோர் போதாவிட்டால் கொஞ்சம் ஜலம் சேர்த்துக் கொள்ளலாம். (இஞ்சி வாசனை பிடிப்பவர்கள் கொஞ்சம் இஞ்சியும் சேர்த்து அரைக்கலாம்.) சேல் அடுப்பாக இருந்தால் ஸிம்மிலும் மற்ற அடுப்பாக இருந்தால் தணிவான அனலிலும் தோசைக் கல்லைக் காயவைத்து நெய் அல்லது நல்லெண்ணெய் விட்டு, பிறகு இரண்டு கரண்டி மாவை விட்டுக் கரண்டியால் அகட்டாமல் தோசை மாவைச் சுற்றிலும் நெய் அல்லது ந. எண்ணெய் விட்டு ஒரு மூடி போட்டு மூடவும். 5 நிமிடங்கள் கழித்து எடுத்தால் விஸ்க் போலவும் பன் போலவும் தோசை மிருதுவாக இருக்கும். திருப்பிப் போட வேண்டாம்.

தேங்காய்ச் சட்டினியுடன் சாப்பிட மிகவும் ருசியாக இருக்கும்.

-கௌசல்யா

கிடத்தி விட்டு அவசரமாக பாத்ரூமிற்குள் நுழைந்து கதவைச் சாத்திக் கொண்டாள்.

''இதோ பாரேன் அருண். என் பேத்தியை. எத்தனை அழகாத் தூங்கறு?''

அவன் அதையே பார்த்தான். அவன் முகம் லேசாக வெளிறியது. எப்பவோ செய்த குற்றம் இப்போது மனசுக்குள் புகுந்து குடைய ஆரம்பித்தது. ஏதோ புரிந்தது போலவும், புரியாதது போலவும் மனசு உணர திகிலுடன் தாயைப் பார்த்தான்.

''என்ன பார்க்கற? பேத்தியை மட்டும் காட்டறுளே இதைப் பெற்றெடுத்த மாட்டுப் பெண்ணைக் காட்டலியேன்னு?''

''கதவைத் திற'' பாத்ரூம் கதவைத் தட்டினுன்.

பித்தளை விளக்கு பளபளக்க....

மண்ணெண்ணை, விபூதி இரண்டையும் பாத்திரத்தில் நன்கு தேய்க்க வேண்டும். ஒரு வெள்ளைத் துணியை வைத்து நன்ருகப் பாத்திரத்தைத்துடைக்க வேண்டும். மாதம் ஒருமுறை இந்த மாதிரி துடைத்தால் புது விளக்காகத் தோற்றம் அளிக்கும். தண்ணீரை உபயோகிக்க வேண்டாம்.

—என். உமா.

கதவு மெல்ல மெல்லத் திறந்து அவன் கவிதையில் வர்ணித்த ரோஜாப்பூ வெளிப்பட்டு ஏக்கத்துடன் அவனைப் பார்த்த போது... விக்கித்து உறைந்து போய், மூளை அதிர... எதற்கு ஒப்பிடலாம் அந்த உணர்ச்சியை... அவனையே பார்த்துக்கொண்டிருந்தவன்... சில நிமிடம் தான் தலையைச் சிலுப்பி உதறிக் கொண்டவன் திரும்பித் தாயைப் பார்த்தான். பார்வையில் சினமும் கபடமும் நிறைந்திருந்தது.

''என்ன மம்மி இது. யார் இந்தப்பெண்?''

''அதான் சொன்னேனே. அவ என் மாட்டுப் பெண். இது என் பேத்தி.''

''சுத்த பேத்தலா இருக்கே. பிள்ளைக்குக் கல்யாணமே ஆகலே. அதுக்குள்ள மாட்டுப் பெண்ணும், பேத்தியாம். என்ன ஆச்சு உனக்கு? மூளை பிசகிடுத்தா?'' அடிக்குரலில் உறுமினுன்.

சாவித்திரி அமைதியாகப் பேசினுள்.

''கல்யாணம் எதுக்கு அருண்? உனக்குக் கல்யாணம் நடக்காமயே மாமியார் மாட்டுப் பெண் உறவு ஏற்படாதா என்ன?''

''அது எப்படி சாத்தியம்? என் சம்மதமில்லாம எப்படி ஒரு பொண்ணை மாட்டுப் பொண்ணுக்கிப்ப?''

''கண்டிப்பா சாத்தியம் தான். ஒவ்வொருத்தன் கல்யாணம் பண்ணிக்காமயே தனக்குப் பிடிச்ச பொண்ணோட தாம்பத்திய உறவு வெச்சுக்கலியா என்ன? அது சாத்தியம்ஞு இதுவும் சாத்தியம்தான். அதே புருஷன் பெண்டாட்டி உறவுக்கு எப்படி அம்மாவோட சம்மதம் தேவையில்லாம போய்டறதோ அதே மாதிரிதான் இதுவும். இவளை எனக்குப் பிடிச்சுப் போச்சு. இவளுக்கு என்னைப் பிடிச்சுப் போச்சு. நாங்க மாமியார், மாட்டுப் பொண்ணுய்ட்டோம். இதுல உன் சம்மதம் எதுக்கு?''

''மம்மி!'' கத்தினுன். 'வாட்ஸ் ராங் வித் யூ? கண்ட நாயையும், வீட்டுக்குள்ள நுழைய விட்டு மாட்டுப் பொண்ணுன்னு சொல்லிண்டா என்ன அர்த்தம். எனக்குப் புரிஞ்சுப் போச்சு. சுத்திவளைச்சு நீங்க எங்க வரேன்னு புரியறது. இவளை எனக்குத் தெரியும். இவ எப்பேர்ப்பட்டவன்னும் தெரியும். இவளைப் பத்தி எல்லாரும் கன்னுபின்னுன்னு சொன்னு. தப்பிதமா இவ கூட உறவு வெச்சுண்டதுக்காக எத்தனையோ நாள் வெந்து போயிருக்கேன். இவ என் கூட பழகினு மாதிரிதான் எல்லார் கூடவும் பழகியிருக்கா அதுசு யாருக்குப் பொறந்த கொழந்தையோ இது.''

''ஸ்டாப் திஸ் நான்சென்ஸ்'' சாவித்திரி கத்தினுள்.

சுஜா புரிந்து கொண்டாள். யாரோ இவன் மனத்தில் விஷத்தைக் கலந்திருக்கிருர்கள். தன்னை நேசித்து ஏமாந்து போன எத்தனையோ பேர்களில் ஒருவன் இவனை மனம் மாற்றியிருக்கிருன். சகஜமாகப்பேசிப் பழகும் தன் குணத்தைத் தப்பிதமாக இவன் கண்களுக்குத் தோன்றச் செய்திருக்கிருன். அவள் மௌனமாக அழுதாள்.

''ஏண்டா, இவளைக் கெட்டுப் போனவங்கற. அப்படித்தானே.?''

''எஸ்.''

''ஆறு இவ கூட நீயும் உறவாடி இருக்கேங்கறத மறுக்கலே இல்லையா?''

''.......!''

''உன் மௌனமே ஆமான்னு சொல்றது. சரியா?''

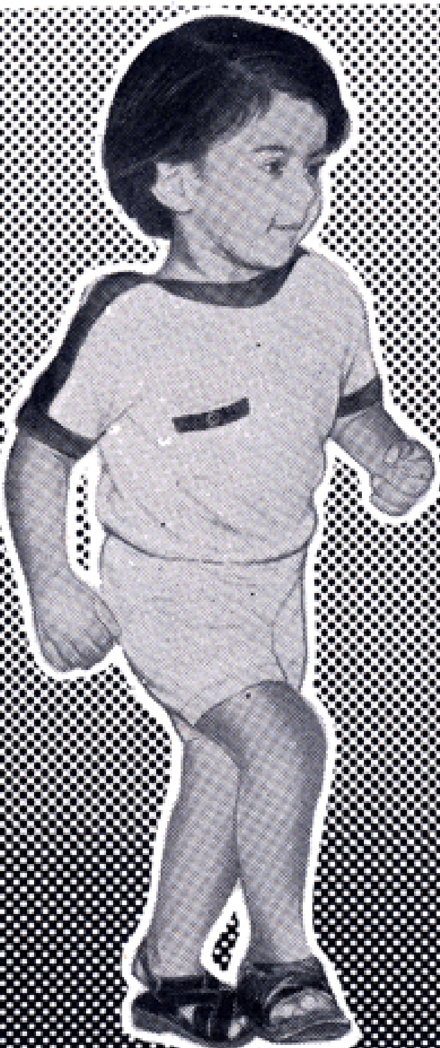
''ஆமாம்.''

''அப்போ நீயும் கெட்டுப் போனவன் தான். பரிசுத்தமானவன் இல்லே. கல்யாணத்துக்கு முன்னுடி தாம்பத்தியத்தை அனுபவிச்சவன் அப்டித்தானே? என்ன ஒத்துக்கறயா?''

அதிர்ந்து போய் அவளைப் பார்த்தான்.

''சொல்லுடா இப்ப இவளுக்கும் உனக்கும் என்ன வித்தியாசம்? ரெண்டு பேரும் கெட்டுப போனவாதான். ஆறு பாதிக்கப் படறது இவதான். ஏன்னு இவ ஒரு பெண்.

தளிர்நடை தளராதிருக்க...



உங்கள் குழந்தைக்கு போலியோ சொட்டு மருந்து அளித்து
இளம்பிள்ளை வாத நோயிலிருந்து பாதுகாப்பு அளித்திடுங்கள்.

ஞாயிறு காலை 8.30 முதல் பகல் 12.30 வரை	புதன் காலை 8.30 முதல் பகல் 10.30 வரை	சனி மாலை 3.00 முதல் 6.00 வரை

மருத்துவரின் மேற்பார்வையில் போலியோ சொட்டு மருந்து. டிரிபிளாண்டிஜென், மீஸில்ஸ் வாக்ஸின்
பி.ஸி.ஜி., டி.ஏ.பி., காலரா, டிரிபல் ஆண்டிஜென் டெட்டனஸ் டாக்ஸாயிட் (டிடி) தடுப்பு ஊசி அளிக்கப்படும்

தமிழ்நாடு தாதா பார்மஸூடிகல்ஸ் லிமிடெட்

10, பத்மாவதியார் சாலை, ஜெய்பூர் நகர், (ஆயிரம் விளக்கு மசூதி அருகில்)
சென்னை-600086. தொலைபேசி : 810646

சமுதாயத்தோட நாக்கு இவளை வாழ விடாது. ஆனால் அவளை இந்த நிலைக்கு ஆளாக்கின நீ எப்படி வாழப் போறேன்னு பார்க்கறேன். நீ பிரம்மச்சாரி இல்லேங்கற உண்மையை, ஊர் பூரா, இவனுக்கு வளைகாப்பு நடத்தி ஏற்கெனவே பிரகடனப் படுத்தியாச்சு.

கற்புங்கறது பெண்ணுக்கு மட்டும்இல்லே. உங்களை மாதிரி ஆண்களுக்கும் அது இருக்குன்னு புரியுமா? அந்தக் கணக்குப்படி இனி என்னோட பார்வையிலே நீ கற்பிழந்தவன். இனி நீ கல்யாணத்துக்கு தகுதியில்லாதவன். நீ கெட்டுப் போனவன். வாழா வெட்டி. துரோகி. குடும்பத்தின் நச்சுப் பாம்பு. உனக்கு நா வேற கல்யாணம் பண்ண மாட்டேன். நீயும் பண்ணிக்கவும் விடமாட்டேன். போ... போய்டு என் கண்ணு முன்னால நிக்காத. எங்கயானம் போய்த் தொலே'' ஊழி வந்தது போல் கண்கள் கனலைக் கக்க முகம் குங்குமமாய்ச் சிவக்க ஒரு மாகாளியாய் அவள் கத்தக் கத்த அருண் சாதைப் பொத்திக் கொண்டான். கண்களில் கண்ணீர் பொங்கியது. குழந்தையைப் பார்த்தான். அவன் பிம்பத்தில் பாதியை அடக்கி வைத்துக் கொண்டிருந்த அது கண்டிப்பாக அவன் வித்தில் விளைந்த பயிர்தான். காதால் கேட்டதும், கண்ணால் கண்டதும் பைசாசமாய் சந்தேகத் தீயைக் கிளறி மாபெரும் தவறைச் செய்ய வைத்து விட்டது.

ஒரு தாய் கண்டிப்பாக தான் பெற்ற பிள்ளையை உணர்வாள். அந்தப் பிள்ளை பெற்ற பிள்ளையையும் அறிந்து கொள்வாள். அம்மா கண்டிப்பாய் ஒரு உத்தமத்தாய். அவள் குழந்தையை உணர்ந்து அடைக்கலம் கொடுக்கத் தயாராகி விட்டாள் என்பது அவள் ஆவேசத்திலிருந்தே தெரிகிறது.

குழந்தையை வாரி எடுத்து உச்சி முகர்ந்து அணைத்துக் கொண்டான்.

''என்னை மன்னிச்சுடும்மா. சந்தேகப் பட்டு சாதாரண மனுஷனாய்ட்டேன்'' மனசு கரைய அழுதான்.

நெஞ்சு கொள்ளாத மகிழ்ச்சியுடன் ஆனந்தக் கண்ணீர் சுரை புரள மாமியாரைக் கட்டிக் கொண்டாள் சுஜா.

● ● ● ●

ஒரு மாத லீவை மேலும் எக்ஸ்டண்ட் பண்ணி சுஜாதாவின் விசாவுக்காக அலைந்து. எப்படியோ ஒருவழியாய் அது கிடைத்தவுடன் ஒருவழியாய் மனைவியுடனும், குழந்தையுடனும் விமானத்தில் புறப்பட்டான்.

ஏர்ப்போர்ட்டுக்கு வந்திருந்த தாயிடம் ''நீ மட்டும் இந்தியாவில் தனியா இருந்து என்ன பண்ணப் போறேம்மா. அங்கேயே வந்துடேன்'' என்று கூப்பிட்டான்.

அவள் சிரித்தாள்.

''என்னை நம்பி இங்க எத்தனைக் குழந்தைகள் இருக்குங்கறதை மறந்துட்டயா? அதுகளோட எதிர்காலத்தை இருட்டாக்கிட்டு அங்க வர எனக்கு இஷ்டமில்லே. புது ஊர்ல வந்து அங்க மட்டும் என்னத்தைப் பண்ணப் போறேன். தவிர என்னைப் போல வயசானவாளுக்கு நிம்மதியையும் அமைதியையும் இந்த ஊர்தான் தரும். நீ போய் அப்பாவையும் இங்கேயே அனுப்பி வை. சம்பாதிச்சது போறும்னு சொல்லு... கொஞ்ச காலமானும் அவருக்குசேவை செய்யணும்னு ஆசைப்படறேன்னு சொல்லு. இருக்கறத வெச்சுண்டு இந்தப் பிஞ்சு முகங்களைப் பார்த்துண்டு அதுங்களுக்குக் கல்வியறிவையும், நல்ல ஒழுக்கத்தையும் ஊட்டிண்டு இருக்கறதுல உள்ள சுகம் அமெரிக்காவ இல்லேன்னு சொல்லு.

பிண்மரி, சண்டகி, யோசனைவல்லி, சரகவதி ஆடை இவையெல்லாம் கேள்விப்பட்டிருக்கிறீர்களா? வல்லாரை என்ற கீரையின் பெயர்கள் தான் இவை. (டாக்டர் ஹண்டர்) என்பவர் இக்கீரை குஷ்ட நோயை நீக்க வல்லது என்று 1885–ஆம் ஆண்டிலேயே ஆராய்ச்சிகள் செய்து கண்டுபிடித்துள்ளார். இதி லிருந்து ''ஆசியாடிக் கோஸைடு'' என்ற பொருள் குஷ்டத்திற்குப் பயன்படுகிறது.

ஆதாரம்: சித்த வைத்தியம்.
—திருமதி தேவஜோதன்.

அறிவிப்பு ஒலித்ததும் அவர்கள் கிளம்பத் தயாரானார்கள்.

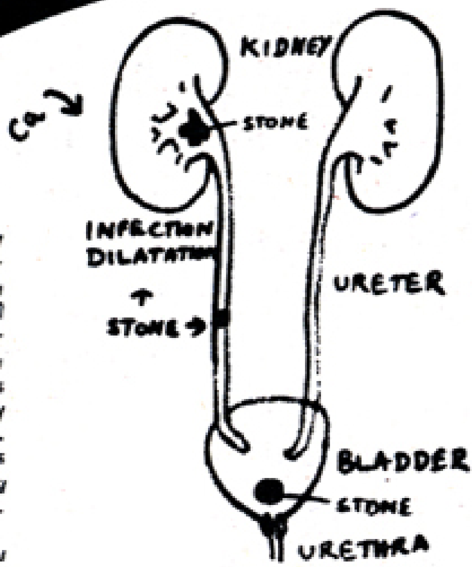
சுஜா மாமியாரைக் கட்டிக் கொண்டு கண் கலங்கினாள். ''நா ரொம்பப் புண்ணியம் பண்ணினவம்மா. இன்னும் எத்தனை ஜென்மம் எடுத்தாலும் உங்களுக்கே மாட்டுப் பொண்ணா வரணுங்கறதுதான் இனிமே என் தவமா இருக்கும்.''

விமானத்தின் கடைசிப் படிக்கட்டிலிருந்து கையை ஆட்டினார்கள்.

அது உயரக் கிளம்பும் வரை நின்று பார்த்தாள் சாவித்திரி. 'ஆண்டவா இது போலவே இவர்கள் வாழ்க்கையும் உயரட்டும்' என்று மனசார நினைத்துக் கலங்கின கண்களைத் துடைத்துக் கண்ணாடியை மாட்டிக் கொண்டவள், தன் கடமைகளை நினைத்து மெதுவாக நடக்க ஆரம்பித்தாள்.

□

தண்ணீர் குடிக்க வேண்டும்!



● சிறுநீர்ப்பாதையில் நோய் (Urinary Tract Infection) பொதுவாக பெண்களையே அதிகபட்சம் தாக்குகின்றது. சிறுநீர்ப் பாதையானது சிறுநீரகம் (Kidney) யூரிடர்ஸ், யூரினரி ப்ளாடர் மற்றும் யூரித்ரா என்னும் பாகங்களைக் கொண்டது. இப்பாகங்களில் உண்டாகும் நோயைப் பொதுவாக ''சிறுநீர்ப் பாதை நோய்'' (urinary Tract - Infection) என்று கூறுகிறார்கள். ஆனால் கிட்னியில் உண்டாகும் நோய்களான 'நெப்ரைடிஸ் (Nephritis) என்பது urinary Tract Infection லிருந்து வேறுபட்டதாகும்.

சிறுநீர்ப் பாதை நோயானது பிரசவ காலங்களிலும், நீரிழிவு நோய் உள்ள போதும், மற்றும் சிறுநீர்ப் பாதையில் தேக்கம் உள்ள போதும் அதிகமாக ஏற்பட வாய்ப்புள்ளது. இந்நோயின் காரணமாகச் சிறுநீர் கழிக்கும் போது எரிச்சல் ஏற்படுவதோடு, அடிக்கடி சிறுநீர் கழிக்க நேரிடும். சிலருக்கு இந்நோய் காரணமாக குளிர் ஜுரமும் தோன்றும். இத்தருணத்தில் இந்நோயைக் கட்டுப்படுத்தாவிடில் நோய் அதிகமாகி குணப்படுத்துவது கடினமாகி விடும். இந்நோய் கிட்னியைத் தாக்கும் பொழுது அதனை 'பைலோ நெப்ரைடிஸ்' என்று கூறுவர். இந்நோயை சிறுநீர்ப் பரிசோதனையின் மூலம் கண்டறியலாம். இந்நோயைக் கட்டுப் படுத்த சிறுநீரைக் கல்ச்சர் பரிசோதனை செய்து சரியான மருந்துகளை அளிக்கிறார்கள்.

இந்நோயைப் பொதுவாக மருந்து, மாத்திரைகள் உட்கொள்ளுவதன் மூலம் கட்டுப்படுத்த இயலும். மேலும் நீரிழிவு போன்ற நோய்களையும் கட்டுப்படுத்துவதன் மூலம் இந்நோய் மீண்டும் தாக்காமல் பாதுகாத்துக் கொள்ளலாம். இந்நோயால் அவதியுறும் பொழுது உடலுறவு கொள்ளாதிருத்தல் நலம். சிறுநீர்ப் பாதையில் ஏற்படும் மற்றொரு முக்கியமான நோய், சிறுநீர்ப் பாதையில் தோன்றும் 'கற்கள்' ஆகும். நம் உடலில் பொதுவாக 2 இடங்களில் கற்கள் தோன்றும்.

1. பித்தப்பையில் கற்கள்
2. சிறுநீரில் கற்கள்

சிறுநீரில் கல் தோன்றுவது ஆண், பெண், இரு பாலாருக்கும் பொதுவான ஒன்றாகும். முக்கியமாகச் சிறுநீரில் கற்கள் தோன்றுவதற்கு மூன்று காரணங்கள் உள்ளன:

1. உப்பு நம் உடலிலிருந்து கால்ஷியம், பாஸ்பரஸ், போன்ற தாது உப்புக்கள் சிறுநீரிலிருந்து பிரிந்து கற்களாக மாறுகின்றன.

2. ஸெப்ஸிஸ் (Sepsis): சிறுநீர்ப்பாதையில் அடிக்கடி ஏற்படும் நோயின் (urinary Tract Inrection) காரணமாகக் கற்கள் தோன்றுகிறது.

3. ஸ்டேஸிஸ் (S:asis): சிறுநீர்ப் பாதையில் ஏற்படும் தேக்கம் காரணமாகக் கற்கள் தோன்றுகிறது.

நம் உடலில் பிற நோய்கள் உதாரணமாக, பாராதைராய்ட் நோயின் காரணமாகச் சிறுநீரில் அதிக அளவில் கால்ஷியம் உப்பு வெளியாவதினால் கூடக் கற்கள் தோன்றுவதற்கு வாய்ப்புள்ளது.

நோயின் அறிகுறிகள்:

இந்நோயாளிக்கு சிறுநீரில் இரத்தம் கழிவதோடு, கடுமையான வயிற்றுவலி தோன்றலாம். இக்கடும் வலியானது இடுப்பிலிருந்து ஆரம்பித்துக் கீழ் நோக்கிப் பரவும். இந்நிலையில் மருத்துவ ஆலோசனையை உடனடியாக நாடுதல் அவசியம். ஒரு சாதாரண எக்ஸ்–ரே மூலம் 90 சதவீதக் கற்கள் தெரிவதற்கு வாய்ப்புள்ளது.

சிறுநீர்ப் பாதையில் கற்கள் அடைப்பை ஏற்படுத்துமாயின் அப்பாதை சற்று விரிவடைகிறது. இதனை 'ஹைட்ரோ நெப்ரோஸிஸ்' என்று கூறுவார்கள். சில சமயங்களில் சிறுநீர்ப் பாதையில் தோன்றும் கல்லானது ஒரு சிறிய சாத்துக்குடி பழத்தின் அளவிற்கும் இருக்கக் கூடும். மேலும் சில கற்கள் மான் கொம்பை போல் பல கிளைகள் கொண்டதாகக் கூட இருக்கக் கூடும்.

சிகிச்சை முறை:

கிட்னி எந்த அளவு பாதிக்கப்பட்டுள்ளது என்பதைக் கண்டறிய I. V. P. Test செய்கிறார்கள். இந்த I. V. P. (Intra Venous Pylogram) டெஸ்ட் மூலம் உடலில்நரம்புகளினூடே குறிப்பிட்ட மருந்துகளைச் செலுத்தி, கிட்னியைப் படமெடுக்கிறார்கள்.

சிறு கற்கள் சிறுநீரின் மூலம் வெளியேற வாய்ப்புள்ளது. ஆனால் பெரிய கற்களை அறுவை சிகிச்சை மூலம் தான் அகற்ற இயலும். சிறுநீரகத்தின் பணிகளை அது வெகுவாக பாதிக்கப்படுவதற்கு முன் காப்பதற்காகவே அறுவை சிகிச்சை செய்யப்படுகிறது.

லேஸர் மற்றும் அல்ட்ரா ஸௌண்ட் முறைகளைக் கையாண்டு இக்கற்களைப் பொடி செய்வதற்கான ஆராய்ச்சிகள் செய்யப்பட்டு வருகின்றது.

ஆபரேஷன் செய்யும் முறை:

கற்களை அகற்றுவதற்கு 2 முறையான அறுவை சிகிச்சை முறைகளைக் கையாளுகின்றனர்.

1. ஓபன் ஆபரேஷன்

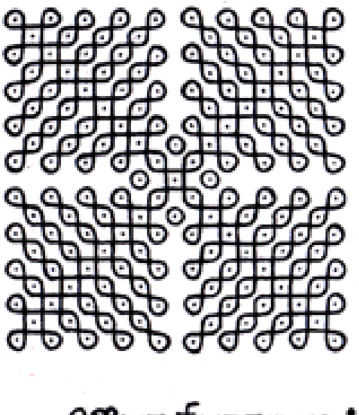
இதன் மூலம் பொதுவாக யூரிடர் மற்றும் கிட்னியில் உள்ள பெரிய கற்களை அப்புறப் படுத்துகின்றனர்.

2. ஸிஸ்டாஸ்கோபிக் மெதட்

சிறிய கற்கள் மற்றும் கீழ் யூரிடரில் உள்ள கற்களை, ஸிஸ்டாஸ்கோப் எனப்படும் கருவியை யூரினரி ப்ளாடரில் செலுத்தி அப்புறப் படுத்தி விடுகின்றனர்.

இந்நோய் மீண்டும் வராமல் தடுப்பதற்கு உணவுக் கட்டுப்பாடு இன்றியமையாத ஒன்றாகும். மேலும் குடிநீர் நிறைய அருந்துவது மிக அவசியமாகும். தொடர்ந்து 'அல்கலைன் மிக்ஸர்' (Algaline Mixture) உட்கொள்ளுதல் அபாயகரமானது. மருத்துவரின் ஆலோசனைப்படி தான் மருந்துகளை உட்கொள்ளவேண்டும். கால்ஷியம் சத்து அதிகம் உள்ள உணவை தவிர்த்தல் நலம். மேலும் பால், ஐஸ்கிரீம், முளைக்கீரை, பீட்ரூட், சாக்லேட போன்றவற்றை அதிகம் உட்கொள்ளாதிருத்தல் வேண்டும். எனவே, சிறுநீரினால் உபாதை தோன்றுமாயின் அதைப் புறக்கணிக்காமல் மருத்துவரை உடனடியாக அணுகுதல் அவசியமாகும்.

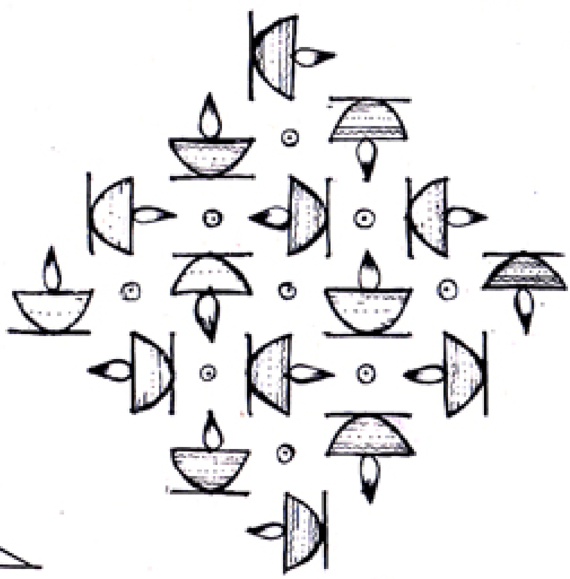
கட்டுரை வடிவம்: சித்ரா சிவகுமார்.



- ஜெயா தியாகராஜன்



கா. சாரதா





புதுமைப் பெண் என்றால் என்ன?

உரையாடலில் கலந்து கொண்டவர்கள்

ஸ்ரீமதி பிரேமா மோகன்,
குமாரி ஷைலஜா;
ஸ்ரீமதி விஜயா வைத்தியநாதன்
ஸ்ரீமதி ராஜம் செல்லப்பா,
ஸ்ரீமதி சுபாராமன்,
ஸ்ரீமதி சங்கரி ஸ்ரீதரன்,
ஸ்ரீமதி கோமதி.

கோம்தி: இன்று நாட்டில் ஆரம்பக் கல்வி இலவசமாக ஆண்களுக்கும், பெண்களுக்கும் சொல்லிக் கொடுக்கப்படுகின்றது. கல்லூரி மேற்படிப்புக்களிலும் பெண்களின் எண்ணிக்கை முன்பை விட கணிசமாகவே உயர்ந்துள்ளது! இந்த எண்ணிக்கை உயர்வினால் பெண்கள் கல்வியின் மூலம் சமுதாயத்தில் உயர்ந்து விளங்குகிறார்கள் என்று சொல்ல முடியுமா?''

சுபாராமன்: ''நிச்சயமாகச் சொல்ல முடியும். உயர் அரசு அதிகாரிகளாக, போலீஸ் அதிகாரிகளாக, வங்கி அதிகாரிகளாக ஏன் அரசியலில் கூட உன்னத இடத்தைப் பெற்று இன்று பல பெண்கள் சிறப்புடன் விளங்குகிறார்களே...''

ஷைலஜா: ''நமது நாட்டு மொத்தப் பெண்கள் எண்ணிக்கையைப் பார்க்கும் போது கல்வியறிவில் உயர்ந்த பெண்களின் எண்ணிக்கை குறைவு தான். ஆண்களோடு பெண்களைக் கல்வியறிவில் ஒப்பிட்டால் அதுவும் குறைவு தான். பெண்கள் அடுப்படியில் அடைப்பட்டுக் கிடக்க வேண்டியவர்கள் என்ற நினைப்பில் அவர்களுக்குப் பல குடும்பங்கள் போதிய உயர் கல்வியை அளிக்காமல் இருக்கின்றன...''

கோமதி: ''இந்தக் குற்றச்சாட்டில் ஓரளவு உண்மை இருக்கத்தான் செய்கிறது! அதற்கென்று நகர்ப்புறங்களில் வாழ்கின்ற குடும்பங்கள், மத்திய தர வருமானம் கொண்ட குடும்பங்கள் போன்றவை நிச்சயமாகப் பெண்களுக்குக் கல்வியை அளிக்கின்றன என்றே சொல்ல வேண்டும். பெண்கள் இன்று ஆண்களுக்குச் சரிநிகர் சமானமாகப் பல துறைகளில் போட்டிப் போடுகிறார்கள் என்றால் அதற்குக் காரணம் பெண்கள் கல்வி நிலைதான்.''

விஜயா வைத்தியநாதன்: ''இன்றைய நிலையில் ஒரு ஆணும், பெண்ணும் சேர்ந்து சம்பாதித்தால் தான் குடும்பம் நடத்த முடிகின்றது. எனவே பெண்கள் வேலைக்குச் செல்வது அத்தியாவசியமாக மாறிவிட்டது என்று கூடச் சொல்லலாம்.''

ராஜம் செல்லப்பா: ''பெண்கள் வேலைக்குப் போகிறார்கள் சரி.... அவர்கள் கல்வி முன்பை விட நிறையவே கிடைக்கிறது. அதுவும் சரி. இவைகள் இரண்டும் இன்றைய பெண்களின் நிலையை உயர்த்தி விட்டதா...?''

ஷைலஜா: ''நிச்சயமாக உயர்த்தவில்லை. இன்னமும் பெண்களைக் கிள்ளுக்கீரையாகத்தான் நினைக்கின்றனர். சாலைகளில் காணப்படும் ஆபாசச் சுவரொட்டிகள் எத்தனை? வரதட்சணைக் கொடுமையால் மண் எண்ணெயை ஊற்றி வெந்தவர்கள் எத்தனைப் பெண்கள்?''

கோமதி: ''இதற்கெல்லாம் நம்முடைய சமூகத்தில் இருக்கும் சில கட்டுப்பாடுகளும், பெண்களிடம் காணப்படும் ஒற்றுமையின்மையும் தான் காரணம். ஆபாசச் சுவரொட்டிகளில் பெண்களைத் கண்டபடி உபயோகப்படுத்திக் கொள்வதைக் கண்டிக்கிறோம். அதோடு சரி. அது மட்டும் போதாது. இதற்காக உயர் பதவிகளில் உள்ள பெண்கள், நம்மைப் போன்ற மாதர் சங்கங்கள், சேவை நிலையங்கள் போன்றவை ஒட்டு மொத்தமாகக் கண்டனக் குரல் எழுப்ப வேண்டும். சட்டம் போடுவதால் மட்டும் எதையுமே திருத்திவிட முடியாது.

பிரேமா மோகன்: ''மனமாற்றத்தை ஏற்படுத்த வேண்டும் என்பது உண்மை தான். அதற்கு முன்னால் பெண்களிடம் இருக்கும் தாழ்வு மனப்பான்மையை அகலச் செய்ய வேண்டும். கணவரோடு பிரியமாக இருந்து குடும்பம் நடத்த வேண்டும். அதே சமயத்தில் குடும்பத்தை நடத்துவதில் நம்முடைய பங்கையும் குறைத்துக் கொள்ளக் கூடாது. கணவர் சொல்கிறார் இதைச் செய்வோம், அதைச் செய்வோம் என்று இல்லாமல் நாமே முடிவுகளை சில சமயம் எடுக்க வேண்டும்.



சங்கரி ஸ்ரீதரன்: ''ஆனால் பல குடும்பங்களில் பெண்களைச் சுயமாக இயங்கவிடுவதில்லை. பெண்கள் குறிப்பிட்ட சில வேலைகள் செய்ய மட்டுமே தகுதியானவர்கள் என்று கூட நினைக்கின்றனர். பெண்கள் வேலைக்குப் போகிறார்கள். வேலைக்குப் போவதால் மட்டும் ஒரு பெண்ணின் நிலை உயர்ந்து விட்டதா? நிச்சயமாக இல்லை. ஆயினும் பெண்ணும் சேர்ந்து சம்பாதிக்கிற குடும்பத்தில் இருவருமே ஒரே சமயத்தில் மாலை வேளையில் தான் அலுவலகத்திலிருந்து வருகின்றனர் வந்தவுடனேயே ஃபேனுக்கு அடியில் உட்கார்ந்து கொண்டு ஹாயாகக் கணவர் என்ன சொல்கிறார், 'ஏய் காப்பிப் போட்டுக் கொண்டு வாடி!' தன்னுடைய





மனைவியும் வேலைக்குத்தானே போய்விட்டு வருகிறாள் என்ற நினைப்பே இல்லாமல்.''
(எல்லோரும் சிரிக்கின்றனர்.)

விஜயா வைத்தியநாதன்: ''குழந்தைகள் அழுதால் கூட அவர்களைக் கவனிக்க வேண்டியவர்கள் பெண்கள் தானே தவிர ஆண்கள் இல்லை என்ற நினைப்புக் கூட இருக்கிறது. இதையெல்லாம் நாம் தான் பக்குவமாக எடுத்துச் சொல்லி நிலைமையை மாற்ற வேண்டும். குடும்பம் என்றால் வேலை செய்ய மட்டும் பெண்கள் இல்லை... ஆண்களும் குடும்ப வேலையில் பங்கு கொள்ள வேண்டும் என்று சொல்ல வேண்டும். மனஸ்தாபங்களுக்கு இடம் கொடுக்கக் கூடாது...''

ஷைலஜா: ''சின்னச் சின்ன மனஸ்தாபங்கள்



தான் டைவர்ஸில் போய் முடிகின்றன.''

பிரேமா மோகன்: ''நமது நாட்டில் கல்யாணத்தைப் புனிதமாகவே நினைக்கிறோம். எனவே டைவர்ஸ் எல்லாம் இங்கு குறைவுதான். ஆனாலும் பெண்கள் மனக் கசப்புடன் தான் சில சமயங்களில் குடும்பம் நடத்த வேண்டியிருக்கிறது...''

''ஒவ்வொரு ஆணின் வெற்றியின் பின்னாலும் ஒரு பெண்ணின்முயற்சி இருக்கும் என்று சொல்வார்கள். அந்த முயற்சியை, பங்கைப் பெண்கள் செய்ய வேண்டும். சம்பளம் வாங்கியதும் கூட்டுக் குடும்பமாக இருந்தால் மாமனார் மாமியார் கையிலும், கூட்டுக் குடும்பமாக இல்லாவிட்டால் கணவர் கையிலும் கொடுக்க

கூடுதல் வட்டி

+2%

வழக்கமான
விகிதத்துடன்
வழங்கப்படுகிறது

இச் சலுகை 31-3-1985 வரை

கீழ்க்கண்ட
வட்டி விகிதங்களில்
டெபாசிட்டுகள் ஏற்றுக்
கொள்ளப்படுகின்றன

1-வருடம்	17+2	19%
2-வருடங்கள்	18+2	20%
3-வருடங்கள்	19+2	21%
5-வருடங்கள்	22+2	24%

மேற்படி கூடுதல் வட்டி
பென்ஷனர், மகளிர், மைனர்களுக்கு மட்டும்
"V.I.P. BRIEF CASE"
அன்பளிப்புடன் வழங்கப்படும்.

உங்கள் டெபாசிட்டுகளை அனுப்பும் முகவரி

பாலாஜி மோட்டார் & ஜெனரல் பைனான்ஸ்

(Hire Purchase Financiers for Motor Vehicles)

சென்னை	: 91, உஸ்மான் ரோடு (சிவா-விஷ்ணு கோயில் அருகில்) தி.நகர், சென்னை-600 017 போன் : 447186/442218
பெங்களூர்	: 24/1-A, மார்கோஸா ரோடு (10வது கிராஸ்) மல்லேஸ்வரம், பெங்களூர்-560 003 போன் : 366971
திருச்சி	: 22 மதுரை ரோடு (முதல் மாடி) திருச்சிராப்பள்ளி-620 008. போன் : 29772
பாண்டிச்சேரி	: 11, நேரு தெரு (கனரா வங்கி எதிரில்) பாண்டிச்சேரி-605 001.
தஞ்சாவூர்	: எண் : 2 & 3 முதல் மாடி ஜி. ஏ. கனால் ரோடு, தஞ்சாவூர்-613 001. போன் : 1626
திருவண்ணாமலை	: 14/A, ஆனைக்கட்டி தெரு, திருவண்ணாமலை-606 601. போன் : 483
பட்டுக்கோட்டை	: 9-A, தலையாரி தெரு, பட்டுக்கோட்டை-614 601 போன் : 453

JAY ADTS.B103


மலரின் புதுமை நயம் நாளெல்லாம்
• உயர்தர விஸ்கோஸ் இழைகளை அடிப்படையாகக் கொண்டு உருவாக்கப்பட்டது
• மிருதுவானது
• அதிக உறிஞ்சும் தன்மையுடையது
• உடலுடன் ஒட்டி உறுத்தாது
• சுகமளிப்பது
• விஞ்ஞான ஆராய்ச்சி முறைப்படி தரக் கட்டுப்பாட்டுடன் தயாரிக்கப்பட்டது
• நியாய விலையில் கிடைக்கிறது
• இயற்கையான சானிடரி நாப்கின் பெல்ட் இலவசம்
helena
helena
ஹெலனா
சானிடரி நேப்கின்ஸ்
சர்காட் இண்டஸ்ட்ரிஸ் பி. லிட்,
23, புரசைவாக்கம் நெடுஞ்சாலை சென்னை-600007
போன்: 661982 & 662004

APRC

லாம். தப்பில்லை... காரணம் அவர்களுடைய வயதுக்கு மதிப்புக் கொடுத்து. ஆனால் இதையே சிலர் தங்களுக்குச் சாதகமாகப் பயன்படுத்திக் கொண்டு வேலையில் இருந்து சம்பாதிக்கும் பெண்களுக்குக் கூடப் பொருளாதார சுதந்திரம்கொடுப்பதில்லை...''

ஷைலஜா: ''நீங்கள் என்ன தான் சொல்லுங்கள்... யாரை மாற்றியும் புண்ணியம் இல்லை... பெண்களுக்குக் கல்வியறிவு கிடைத்து வேலைக்குப் போய் பொருளாதாரச் சுதந்திரமும் கிடைத்தாலும் அடுப்படியில் இன்னமும் வேர்வையைச் சிந்த வேண்டிதானே இருக்கின்றது. நிலைமை எங்கு மாறியிருக்கிறது?''

சுபாராமன்: ''அடுப்படியில் பெண்கள் வேர்வை சிந்தி சமைப்பதில் ஒன்றும் தப்பில்லை. சொல்லப் போனால் பானைப் பிடிக்க ஏற்றவள் பெண்தான். ஆனால் இவர்கள் இவ்வளவு கஷ்டப்படுகிறார்களே



வெந்தயத் தோசை

ஒரு ஆழாக்கு பச்சரிசி, ஒரு ஆழாக்கு புழுங்கல் அரிசி, இரண்டு தேக்கரண்டி வெந்தயம் இவற்றை ஊறவைத்து அரைத்து தோசை வார்த்தால் சுவையாக இருக்கும். வயிற்றுக்கும் நல்லது. உஷ்ணம் குறையும். தோசை மிருதுவாக இருக்கும்.

—பிரியா ரமணி



என்று தெரியாமல் நம்மையே மேன் மேலும் கஷ்டப்படுத்துவதைத் தான் பொறுத்துக் கொள்ள முடியவில்லை! உப்பு கொஞ்சம் குறைந்து போனால் கூட உனக்கெல்லாம் எங்க சமைக்கத் தெரிகிறது? பெரிசா சமையல் செய்துட்டா... என்று கேலியும் கிண்டலுமாகப் பேசும் போது தான் கோபம் பொத்துக்கொண்டு வருகிறது...''

பிரேமா மோகன்: ''பாரதி சொன்ன மாதிரி நிமிர்ந்த நன்னடையும், ஞானச் செருக்கும் கொண்டவர்களாகப் பெண்கள் திகழ வேண்டும். பாரதி கண்ட புதுமைப் பெண்ணுக்கு மென்மை உண்டு, குடும்பத்தின் மீது அன்பு உண்டு. அதே சமயத்தில் பெண் சமுதாயத்தை இழிவுபடுத்த நினைக்கிறவர்கள் மீது கோபமும் ஆவேசமும் உண்டு என்பதைப் புலப்படுத்த வேண்டும்.''

ராஜம் செல்லப்பா: ''புதுமைப் பெண் புதுமைப் பெண் என்று சொல்கிறார்களே, புதுமைப்பெண் என்றால் என்ன அர்த்தம்?

சுபாராமன்: ''இது ஒரு நல்ல கேள்வி. மனசு முழுவதும் அன்பு, பாசம் இவைகளை அடக்கிக் கொண்டு பெண்களுக்கே உரிய நாணம், அச்சம் இவைகளையும் சுமந்து கொண்டு தியாக மனப்பான்மையை வளர்த்துக் கொண்டு சேவையைத் தானமாக நினைத்து வாழ்வதோடு; இழிவு செய்யும் போதும், கேவலமாகப் பெண்களை நடத்த முற்படும் போதும் பொங்கி எழுந்து புதிய மின்னலாய் புதிய புயலாய் சீறி அநியாயங்களையும் அக்கிரமங்களையும் எதிர்ப்பவள் தான் புதுமைப் பெண்...!''

கோமதி: ''ரொம்பச் சரியான விளக்கம். பழைய பண்பாட்டிலிருந்து விலகாமல் அதே சமயத்தில் புதுமைகளை ஏற்றுக் கொண்டு தானும் முன்னேறி மனித சமுதாயத்தையும் உயர்த்துபவள் தான் புதுமைப் பெண்...''

விஜயா வைத்தியநாதன்: ''புதுமை என்றால் ஏதோ யாருக்குமே கட்டுப்படாதவர்கள், புரட்சிக்காரர்கள் என்று சிலர் நினைக்கின்றனர். அது தவறு. நீங்கள் கொடுத்த விளக்கம் தான் புதுமைப் பெண்ணுக்குச் சரியானது.''

பிரேமா மோகன்: ''பாப் ஸ்டைலில் தலையை வெட்டிக்கொள்வது, நவநாகரீக உடைகளை அணிவது, தஸ்ஸ¬ புஸ்ஸ¬ என்று இங்கிலீஷ் பேசுவது தான் புதுமைப் பெண்ணுக்கு லட்சணம் என்று தவறான அபிப்பிராயத்தை சிலர் வளர்த்துக் கொண்டிருக்கின்றனர்.''

ஷைலஜா: ''நவநாகரீக உடைகளை' அணிவதில் தவறில்லை. ஆனால் அவைகளை அணியும் போது நம்மைப் பார்த்து நாலு பேர் சிரிக்கும்படி வைத்துக் கொள்ளக் கூடாது! பாப் வெட்டிக் கொள்வதில் கூடத் தவறில்லை! அது அது அவர்கள் மனநிலையைப் பொறுத்த விஷயம். தலைமுடியை அழகு படுத்திக் கொள்வது பெண்களின் உரிமை. இதில் தவறு காண்பது சரியல்ல!''

சுபாராமன்: ''புதுமைப் பெண்ணுக்குச் சிறந்த உதாரணம் மதர் தெரசாதான். அநீதியை எதிர்க்கும்துணிச்சல், சேவை மனப்பான்மை, சகிப்புத் தன்மை, தாய் மனப்பான்மை, கருணைத்தன்மை, தாய்மை உள்ளம் எல்லாம் அன்னை தெரஸாவிடம் இருக்கிறது. எனவே என்னைக் கேட்டால் புதுமைப் பெண்ணுக்குச் சிறந்த உதாரணமாகத் தெரசாவைத் தான் சொல்வேன்.

கோமதி: ''பொறுமைசாலிகள் பெண்கள் தான். பெண்களால் தான் சமுதாயத்தை செம்மைப்படுத்த முடியும். ஒரு சமுதாயம் முன்னேற சின்னச் சின்ன மழலைகளிடம் நல்ல விஷயங்களை ஆரம்ப காலம் தொட்டே சொல்ல வேண்டும். மழலைகளுக்கு நல்ல முறையில் பயிற்சி

கொடுக்க வேண்டும். இதையெல்லாம் உணர்ந்து தான் மேலை நாடுகளில் கல்வி கற்பித்துக் கொடுக்கும் பணியை மழலைகளுக்கு ஆண்களை விட பெண்களே செய்ய வேண்டும் என ஏற்பாடு செய்துள்ளனர்.''

சுபாராமன்: ''பெண் ஜென்மம் என்றாலே தியாகம் என்று தான் பொருள். நீங்கள் மேலே சொன்னவைகள் முழுக்க முழுக்க ஒரு புதுமைப் பெண்ணைச் சித்தரிக்கிறது ஒப்புக் கொள்கிறேன். கூட்டுக் குடும்பமா? தனிக் குடித்தனமா? வேலைக்குப் போகும் பெண்மணியா? வேலைக்குப் போகாத பெண்மணியா? இவர்களுக்கெல்லாம் என்னென்ன பிரச்சினைகள் இருக்கிறது என்பதை நாம் அறிய வேண்டும். தன்னுடைய கஷ்டங்களை மற்றவர்களுடன் மனம் விட்டுப் பேச வேண்டும். சுவரிடம் சொல்லியாவது மனச்சுமையை போக்கிக் கொள்ள வேண்டும் என்பார்கள். எனவே பெண்கள் சுதந்திரமாக எல்லா வகையிலும் வாழப் பெண்களாகிய நாம் தான் முடிவும் எடுக்க வேண்டும், வழியும் காட்ட வேண்டும். தற்கொலை பாவமானது என்று சொல்லி அக்னியில் குளிக்கும் பெண்களைத் தடுத்து அவர்களுக்குத் தெம்பூட்டி மனச்சுமையைக் குறைக்க வேண்டும்!''

பிரேமா மோகன்: ''நாம் ஒவ்வொருவரும் பேசுவதோடு நிறுத்திக் கொள்ளக் கூடாது. இழிவை அகற்றி நமது கலாசாரம், பண்பாட்டையும் காப்பாற்றிக் கற்பு நிலையோடு வாழ்ந்து அந்தக் கற்பு ஆண்களுக்கும் வேண்டும் என்பதையும் உணர்ச்சி ஆணவம் இல்லாமல் அதே சமயத்தில் பாரதி சொல்கிற ஞானச் செருக்கோடு தொண்டுள்ளத்தோடுசெயல் பட்டால் நாம் ஒவ்வொருவரும் புதுமைப் பெண்களாய்த் திகழ முடியும்.''

பேட்டி: **கோரம்பூர் சங்கரசுப்பிரமணியன்**

புகைப்படம் ; **சுரேஷ்**

ஏற்பாடு : **சௌஜன்யா மாதர் சங்கம்,** மதுரை.

மிக்ஸி: ஒரு எச்சரிக்கை

வீட்டில் புது மிக்ஸி வாங்கினதுமே என் மாமியார் என் கணவரிடம் அதை எப்படி இயக்குவது, ஜாக்கிரதையாக எப்படிப் பாதுகாப்பது என்பவற்றைக் கவனமாகக் கேட்டுத் தெரிந்து கொண்டார். எங்கள் வீட்டில் சுவரில் சுமார் 5 அடி உயரத்தில் உள்ள ப்ளக் பாயிண்டில் .மிக்சியின் பின்னைச் செருகி ஒரு மர ஸ்டூலில் மிக்ஸியை வைத்து உபயோகிப்பது வழக்கம். என் இரு ஆண் குழந்தைகள் மிகவும் விஷமக்காரர்கள். மிக்ஸியின் ஸ்விட்சை உபயோகிக்காமல் எப்பொழுதும் சுவரில் உள்ள பிளக் பாயிண்ட் அருகிலுள்ள ஸ்விட்சையே உபயோகிக்க வேண்டும் என்று என் மாமியார் எச்சரித்துக் கொண்டே இருப்பார். ஒவ்வொரு முறை மிக்ஸியை உபயோகிக்கும் போதும் எனக்கு அது கை வருவதில்லை. சுவரில் உள்ள ப்ளக் பாயிண்ட் ஆன் செய்தபடி இருக்க மிக்ஸியின் ஸ்விட்சை மட்டுமே இயக்கி அணைத்து உபயோகிப்பேன். மாமியாரின் எச்சரிக்கை என் வால் குழந்தைகளின் விஷமத்துக்காக என்பது தெரிந்தும் என் அவசரம் அந்த முன்னெச்சரிக்கையைக் கண்டு மாமியார் மேல் எரிச்சலை பற்றிக்கொண்டு வரும். இந்த மாதிரி முன்னெச்சரிக்கைகள் கொடுத்துக் கொண்டு வந்த என் மாமியாரும் காலமாகி விட்டார்இரண்டு வருடங்களுக்குமுன்பு.

ஒரு நாள் தேங்காயைச் சிறு துண்டுகளாகப் பிய்த்துப் போட்டு மிக்ஸியில் சட்னி தயார் செய்யும்போது மிக்ஸியை ஆஃப் செய்துவிட்டு அடுப்பில் ஏதோ காரியமாகப் போனேன். என் இரண்டாவது மகன் (வயது மூன்று) எங்கிருந்தோ வந்தவன் சடக்கென மிக்ஸியின் ஸ்விட்சை ஆன் செய்துவிட்டிருக்கிறான். மேலே சுவரில் பிளக் பாயிண்டில் மிக்ஸியின் தொடர்பு ஆஃப் செய்யப்பட்டிருக்கவில்லை.

மிக்ஸியின் மூடி திறந்து கொண்டு வீடு முழுவதும் தேங்காய்த் துருவல் சிதறியது. ஒரு தேங்காய் ஓடும் மிக்ஸியினுள் தேங்காய்த் துண்டுகளுடன் இருந்திருக்கிறது. முகத்தை வெகு அருகில் வைத்துக் கொண்டிருந்த என் பையனின் வலது கண்ணில் வேகமாகத் தாக்கிய தேங்காய் ஓட்டுச் சில் என் குழந்தையின் ஒரு கண்ணையே போக்கி விட்டது. உடனடியாக ரத்தம் சொட்டும் கண்ணுடன் ஆஸ்பத்திரிக்கு ஓடியும் ஒரு கண்ணின் பார்வை போனது போனதுதான்.

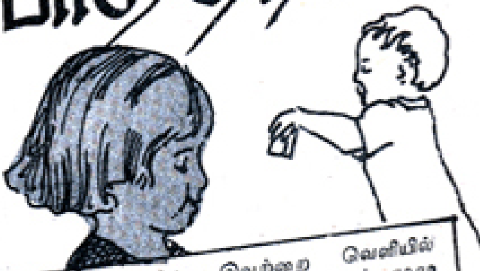
என் மாமியார் உடனிருந்தபோது இது விஷயத்தில் கரடியாகக் கத்தியதை அலட்சியம் செய்ததற்குத் தகுந்த தண்டனையாக என் குழந்தையின் கண்ணே போன பின்தான் அவரது அறிவுரை உரைக்கிறது.

திருமதி சந்திரகலா

அட்சய பாத்திரம்



✲ வித்யா கோத்தாரி



☐ 1985-ஆம் ஆண்டு முடிவிற்குள் சென்னையில் வாழும் குழந்தைகளை போலியோ அதாவது இளம் பிள்ளை வாத நோயிலிருந்து பூரணமாக மீட்க வேண்டுமென்பது தான் அரிமா சங்கங்களின் தற்பாதைய கவர்னர் திரு. பத்மநாபனின் கனவு. அது நிறைவேறுவதற்கு, நங்கையர் அரிமா சங்கங்களின் அங்கத்தினர்கள் பெரிதும் உதவி புரிந்து வருகிறார்கள்.

உதாரணமாக, எஸ்பிளனேடு சென்ட்ரல் நங்கையர் அரிமாக்கள் டிவிஷன் 127-ஐச் சேர்ந்த விசாலாட்சித் தோட்டம், பீமண்ண முதலி தோட்டம், ஆள்வார்பேட்டை பகுதியிலுள்ள வீடுகளுக்குச் சென்று அங்குள்ள குழந்தைகளின் எண்ணிக்கையைக் கணக்கெடுத்து அவர்களில் யார் யாருக்கு போலியோ தடுப்பு சொட்டு மருந்து கொடுக்க வேண்டும், எத்தனை பேருக்கு பூஸ்டர் டோஸ் தரவேண்டும், எத்தனை பேருக்கு அம்மைக் தடுப்பு ஊசி போட வேண்டுமென்று ஒருரிப்போர்ட் தயாரித்துக் கொடுத்தனர். இதன் பேரில் சுமார் 250 குழந்தைகளுக்கு இந்தத் தடுப்பு மருந்தும், ஊசியும் போடப்பட்டது. இதற்காக பெரும்பாலும் குடும்பத் தலைவிகளான இந்தச் சங்கத்தின் அங்கத்தினர்கள் தினமும் காலையில் ஒரு குறிப்பிட்ட இடத்தில் கூடி இந்த மாபெரும் பணியைச் செவ்வனே நிறைவேற்றினர் என்று கூறுகிறார் சென்னையிலுள்ள நங்கையர் அரிமா சங்கங்களின் தலைவி திருமதி வித்யா கோத்தாரி.

குழந்தைகள், வயதானவர்கள், உடல் ஊனமுற்றவர்கள் அதிலும் பார்வையற்றவர்கள் இப்படிப் பலதரப்பட்டவரும் இவர்களுடைய உதவியைப் பெறுகின்றனர்.

சாந்தோமில் உள்ள பார்வையற்றவர் மறுவாழ்வு இல்லத்தை இவர்கள் கவனித்துக் கொண்டிருக்கிறார்கள். இங்குள்ள 25 பார்வையற்ற பெண்கள் தயாரிக்கும் போர்வைகள், படுக்கை விரிப்புகள், துண்டுகள் மற்றும் சாக்பீஸ் இவற்றை வெளியில் நல்ல விலைக்கு விற்று அந்த லாபம் முழுவதும் இந்தப் பெண்களைச் சேரும்படி செய்து விடுகிறார்கள். இது தவிர, ஒவ்வொரு தீபாவளி அன்றும் இங்குள்ள அத்தனை பெண்களுக்கும் புதுத் துணியும் அருமையான ஒரு விருந்து சாப்பாடும் கொடுத்து அவர்களுடன் இருந்து அவர்களையும் மகிழ்வித்து நாங்களும் மகிழ்ச்சி அடைகிறோம் என்கிறார் சமூக சேவகியான இதன் தலைவி திருமதி பிரதிபா ராவ்.

எங்களுடைய மற்றொரு வழக்கமான பணி அண்ணா நகரிலுள்ள முதியோர் இல்லத்திற்குச் சென்று உதவி புரிவது என்கிறார் இந்தச் சங்கத்தின் செயலாளர் திருமதி ராஜி வைத்தியநாதன். இங்குள்ள முதியவர்களுக்குக் கவர், ஊதுவத்திகள் மற்றும் கூடைகள் போன்றவை செய்யக் கற்றுத் தரப்படுகிறது. இந்தப் பயிற்சி முடிந்த பிறகு இவர்கள் இந்த இல்லத்தில் அங்கத்தினர்களாகச் சேர்த்துக் கொள்ளப்படுகிறார்கள்.

இவர்கள் செய்யும் இந்தப் பொருட்களை விற்று இதனால் வரும் வருமானத்தைக் கொண்டு இந்த முதியவர்கள் தங்கள் செலவை ஓரளவு சமாளித்து வருகிறார்கள். காலையில் பத்து மணிக்கு வந்து தங்களுக்கு அளிக்கப்பட்ட பணியைச் செய்யும் இவர்களுக்கு மதிய உணவு இலவசமாக அளிக்கப்படுகிறது. இந்த நங்கையர் அரிமா சங்க அங்கத்தினர்கள் ஒவ்வொரு நாள் ஒவ்வொருவராக இந்தச் செலவை ஏற்றுக்கொண்டு இந்த இல்லத்தின் பளுவை ஓரளவு குறைத்து வருகிறார்கள். 'அட்சய பாத்திரம்' என்ற பெயரில் ரூ. 375]- கட்டி அதில் வரும் வட்டியில் வருடத்திற்கு ஒரு நாள் இந்த இல்லத்தின் முதியவர்களுக்கு உணவு அளிக்கப்படுகிறது.

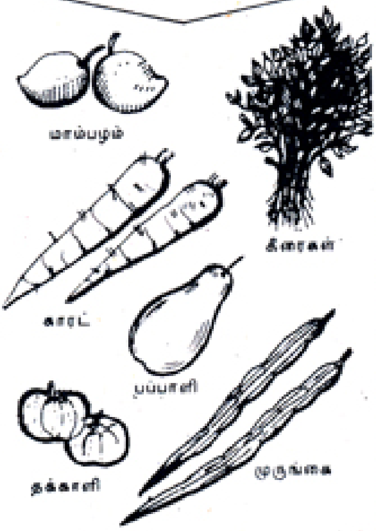
-கலாமூர்த்தி

உங்கள் குழந்தையின்



ஒளிமயமான கண் பார்வைக்கு

இவற்றில்
தினசரி ஏதாவது
ஒன்றை உணவோடு
சேர்த்துக்
கொள்ளுங்கள்.







6 மாதத்திற்கு
ஒருமுறை
வைட்டமின் "ஏ"
திரவம்
கொடுங்கள்.

விவரங்களுக்கு
அருகில் உள்ள சுகாதாரத் துணை நிலையத்தை அல்லது
ஊட்டச்சத்து மையத்தை அணுகுங்கள்.

தொடர்புப் பிரிவு: தமிழ்நாடு ஒருங்கிணைந்த ஊட்டச்சத்துத் திட்டம்,
570, அண்ணா சாலை சென்னை-600 018.

திருமண மலர்

மணமகள்

வாழ்க வளமுடன். பிரபல தனியார் கம்பெனியில் நிரந்தர உத்தியோகத்தில் மாதம் ரூ. 2000/– சம்பாதிக்கும் (பார்ட் டைம் பி.ஈ.) அழகும், நற்பண்புகளும் கொண்ட சேனி செட்டியார் வாலிபருக்கு வயது 25 மணமகள் தேவை. மிகப் பிரகாசமான வருங்காலம் உண்டு: முழு விபரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 1822.

தெலுங்கு. ஸ்ரீவத்ச கோத்திரம், கொளிஞ்சிநாடு கர்ணகம்முலு. அகவனி. பி. எஸ்ஸி. பி.எட்., 32 வயது. 5' 4," மாதுலியா லிட். கம்பெனியில் ஏரியா மார்க்கெட்டிங் ஆபீஸர். மாநிறம், நல்ல லட்சணமும் குணமும் உள்ள பையனுக்குப் பொருத்தமான, படித்த பெண் தேவை. ஜாதகம் அவசியம். பெட்டி எண்: 1823.

சிவப்பு அழகும், நல்ல வசதியும் உள்ள 30 வயது எம்.பி.பி.எஸ். இந்து பள்ளன் (இந்திர குல வேளாளர்) வகுப்பைச் சேர்ந்த மணமகனுக்கு நல்ல குடும்பத்தைச் சார்ந்த சிகப்பான, அழகான எம்.பி.பி.எஸ். மணமகள் தேவை. வயது 25–க்குள் இருக்க வேண்டும். எந்தவிதமான சீர்வரிசையும் தேவையில்லை. பரந்த மனப்பான்மை உள்ள மற்ற ஜாதியினரும் வரவேற்கப்படுகிறார்கள். போட்டோவுடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 1824.

அரசுடைமை வங்கியில் பணிபுரியும் பரந்த மனப் பான்மையுடைய பட்டதாரி ஐயர் (37 வயது, 174 செ.மீ. உயரம், ரூ. 3000 சம்பளம்) பையனுக்கு பரமஹம்ஸ ராமகிருஷ்ணரையும், அன்னை சாரதை யையும் தெய்வங்களாகப் போற்றும் ஆத்மீக விஷயங்களிலும் உயரிய வாழ்விலும் தீவிரப்பற்றும் புலனின்ப விஷயங்களில் பற்றின்மையும், பண்பும் இறையுணர்வும், குடும்பப்பாங்கும் தெய்வீகப் பொலிவும் நிறைந்த பிராமணத் துணைவி தேவை. வரதக்ஷிணை கிடையாது. புகைப்படம் அவசியம். விவரங்கள் அனுப்பவும். பெட்டி எண்: 1825.

வயது 25, தெலுங்கு யாதவகுல மணமகனுக்குச் செவ்வாய் தோஷம் உள்ள படித்த பெண் தேவை. தமிழ் யாதவர் விண்ணப்பிக்கலாம். பெட்டி எண்: 1826.

தஞ்சாவூர் மாவட்டத்தில் ஒரு தனியார் மேல்நிலைப் பள்ளியில் ஆசிரியராகப் பணிபுரியும் எம்.காம்., பி.எட்., படித்துள்ள, சிவப்பான, அழகான, 5' 6" உயரமுடைய ரூ. 650/– சம்பளம் பெறும் சுத்த சைவ வெள்ளாள வகுப்பைச் சேர்ந்த 27 வயது மணமகனுக்கு அதே வகுப்பைச் சேர்ந்த, படித்த, உத்தியோகத்தில் உள்ள, எடுப்பான தோற்றமுடைய மணமகள் தேவை. வேலையில் இல்லாவிடினும் பாதகமில்லை. ஜாதகம், புகைப்படம் மற்றும் குடும்ப விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 1827.

ஆத்ரேய கோத்திரம், வடகலை அய்யங்கார், வசதியுள்ள எம்.டி. டாக்டருக்கு அழகான, குடும்பப்பாங்கான, வேலையில்லாத, கௌரவமான, வசதியுள்ள குடும்பத்தைச் சேர்ந்த 25 வயதிற்குள்ளான மணமகள் தேவை. ஜாதகம், குடும்ப விவரங்கள் அனுப்பவும். பெட்டி எண்: 1829.

பாரத்வாஜ கோத்திரம், வடமான், வயது 34, மஸ்கட்டில் (அரபு நாடு) நல்ல சம்பளத்தில் வேலையில் உள்ள வரனுக்கு எஸ்.எஸ்.எல்.ஸி., டைப்ரைட்டிங் பாஸ் செய்துள்ள பெண் தேவை. பெற்றோர்கள் ஜாதகம், புகைப்படம் மற்றும் விபரத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். புகைப்படம் திரும்ப அனுப்பப்படும். பெட்டி எண்: 1831.

ரெவின்யூ டிபார்ட்மெண்டு சேலம் யூனிட்டில் பணிபுரியும் 40 வயது (பி.எஸ்ஸி.) 165 செ. மீ., வசதியுள்ள அருந்ததியர் வகுப்பு மணமகனுக்கு கலப்புத் திருமணத்திற்கு மத்திய, மாநில வங்கித் துறையில் பணிபுரியும் பட்டதாரிப் பெண் தேவை. இதுவே முதல் திருமணம். பெற்றோர்கள் மணமகள் புகைப்படம் மற்றும் ஜாதகத்துடனும் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 1832.

மாத்வ வகுப்பு கன்னடம், தேவராஜ கோத்திரம், மூல நட்சத்திரம், எஸ்.எஸ்.எல்.ஸி., 33 வயது;

திருமண மலர்ப்பகுதியில் விளம்பரம் செய்ய கட்டணம் ரூ. 30/- தொகையை 'மங்கையர் மலர்' என்ற பெயருக்கு போஸ்டல் ஆர்டராக மட்டுமே அனுப்பவேண்டும். ஒரு விளம்பரத்தில் ஒருவருக்கு 30 வார்த்தைகளுக்குள் விவரங்கள் தரவேண்டும். பதில் அனுப்புபவர்கள் ''விளம்பரதாரர், பெட்டி எண்.... c/o. மங்கையர் மலர், கிண்டி, சென்னை-600 032 என்ற விலாசத்துக்கு அனுப்பவும். தனிப்பட்ட கடிதப் போக்குவரத்து கிடையாது.

நகராட்சியில் பணிபுரியும் மாதம் ரூ. 850/— சம்பளம் பெறும் மணமகனுக்கு மாநில/மத்திய அரசில் பணிபுரியும் அதே பிரிவு மணமகள் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். உடல் ஊனமுற்றோரும் விண்ணப்பிக்கலாம். பெட்டி எண்: 1833.

தனியார் துறையில் மாதம் ரூ. 800/— வருமானம் உள்ள வடமாள்—ஸ்ரீவத்ச கோத்திரம். 29 வயது பையனுக்கு — குடும்பப் பொறுப்புள்ள, குறைந்த பட்சக் கல்வித் தகுதி எஸ்.எஸ்.எல்.ஸி. வரை உள்ள 25 வயதிற்குள் பெண் தேவை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 1834.

தனியார் நிறுவனத்தில் பணிபுரியும் வடகலை ஐயங்கார் 47 வயது. ஸ்ரீவத்ச கோத்திரம். பூராட நக்ஷத்திரம். மாத வருமானம் ரூ. 1300/— (ஃப்ரீ குவார்ட்டர்ஸ், எலக்ட்ரிஸிடி)— 30—லிருந்து 38 வரை (குடும்பப்பாங்குடன் கூடிய). முதல் மனைவியை இழந்தவர். குழந்தைகள் இல்லை. ஜாதகத்துடன் அணுகவும். பெட்டி எண்: 1835.

ஸ்ரீவத்ச கோத்திரம், வடமாள், சதயம், வயது 37, எஸ்.எஸ்.எல்.ஸி. வரை படித்து, ரூ. 1000/— வருமானம் உள்ள சொந்தமாகத் தொழில் செய்யும் பையனுக்கு ஏற்ற பெண் தேவை. (சுத்த ஜாதகம்) பெண் வேலையிலிருந்தால் நலம். இல்லாதவர்களும் விண்ணப்பிக்கலாம். ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 1837.

ஆத்ரேய கோத்திரம், வயது 32, (ஜாதகம் இல்லை) மாத்வாள். தனியார் கம்பெனியில் 900 ரூபாய் மாதச் சம்பளம் உள்ள பையனுக்கு 27/29 வயதிற்குள் மாற்றலாகக் கூடிய வேலையிலிருக்கும் பெண் தேவை. பெட்டி எண்: 1842.

வன்னியகுல க்ஷத்திரிய, வயது 27, உயரம் 164 செ.மீ., எம்.எஸ்ஸி., எம்.எட்., அரசாங்க உத்தியோகம், சம்பளம் ரூ. 1450/— ஒரே பிள்ளை, வீடும், வசதியுமுள்ள மணமகனுக்கு, அதே வகுப்பைச் சார்ந்த, படித்த, குடும்பப்பாங்கான, செவ்வாய் தோஷமுள்ள மணமகள் தேவை. ஜாதகம், புகைப்படத்துடன் (விருப்பப்பட்டால்) விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 1843.

உடையார் வகுப்பு, ரோமன் கத்தோலிக்கர் தனியார் துறையில் ரூபாய் 1200க்கு மேல் சம்பளம 27 வயது நிரம்பிய மணமகனுக்கு அதே பிரிவைச் சேர்ந்த அழகிய, நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த மணமகள் உடனே தேவை. மேற்கண்ட முகவரிக்கு தொடர்பு கொள்ளவும். தே. எஸ். விஸ்வாசம், 9/130, தாழையூத்து, சங்கர் நகர், (போஸ்ட்) 627 357.

செங்குந்தர் முதலியார் எம்.பி.பி.எஸ்., அரசாங்க டாக்டர், வயது 32, உயரம் 5' 2''. அழகான, வசதியான வரனுக்கு எம்.பி.பி.எஸ். பெண் தேவை. மற்ற படித்த, அழகான, குடும்பப்பாங்கான பெண்ணும் ஏற்றுக் கொள்ளலாம். (ஜாதி உட்பிரிவு முதலியாரில் எதுவாயினும்) டி வரனுக்குத் திருமணமாகி சட்டப்படி விவாகரத்து செய்துள்ளது. **Terms flexible.** பெட்டி எண்: 1846.

வன்னியகுல க்ஷத்திரிய நாயக்கர், வயது 30, எம்.ஏ., 5' 4'' பெங்களூரில் மத்திய அரசில் இளநிலை அதிகாரி மாத வருமானம் ரூ. 1800/— இதே வகுப்பைச் சேர்ந்த 25 வயதுக்குட்பட்ட படித்த, அழகான மணமகள் தேவை. வரதட்சணை தேவையில்லை. ஜாதகம்-போட்டோவுடன்- விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 1847.

அவைவேற தேவைபொரு பாவையும் வன்னியகுல அரைப்பொறியனுக்கே! சென்னியர் குடிமகளும் இருபது வயதுக்குள்ளே! பன்னாட்டு நிறுவனத்தில் பன்னேரட்டைற்றும் பாக்காதவனுக்கு பரத்தமனைக் குடியுந்தேவை! செவ்வாய்த் தொடர்புடையோர் மங்களமேற்கத் தேவை! சாதியொரு பேதமில்லை; பாதியங்கம் ஏற்க வேண்டும்! விளம்பரமும் தொடர்புக்கே! விரும்பிடுவோர் விண்ணப்பிக்க. பெட்டி எண்: 1848.

அரசு வங்கியில் மானேஜராக வேலை பார்க்கும் திருநெல்வேலி சைவ வேளாளப் பிள்ளைக்கு (27, 5' 8'') அதே குலத்தில் அல்லது வேறு சைவ பிரிவினரிலிருந்து நல்ல வசதியான குடும்பத்திலிருந்து பெண் தேவை. ஜாதகம் மற்றும் முழு விவரங்களுடன் எழுதவும். பெட்டி எண்: 1849.

27 வயது பி.ஏ. படித்து ஸ்டெனோ ஆகத் திருச்சி அரசு பணியில் வேலை செய்யும் முதலியார் பையனுக்கு அதே வகுப்பைச் சேர்ந்த வேலையில் உள்ள பெண் தேவை. ஜாதகம் இல்லை. பெட்டி எண்: 1850

வடமாள், வாதூல கோத்திரம், அனுஷ நட்சத்திரம், வயது 40. வெளிநாட்டில் வேலை ரூ.15000-கும் மேல் சம்பளம் வாங்கும் (5'' 10'') உள்ள பையனுக்கு 28—30 வயதுக்குள் உள்ள நல்ல அழகும், குணமும் பண்பும் உள்ள பெண் தேவை. தகுதி உள்ளவர் முயற்சி பண்ணவும். பெண்ணின் விவரம், ஃபோட்டோ அனுப்பவும். நேரில் பார்த்துப் பிடித்தால் — பாக்கி விவரம் பையன் நல்ல திடகாத்திரமாயிருப்பான். பெட்டி எண்: 1888.

Alliance invited from Bangalore employed, owned house girls for 32, Vellala Mudaliar, Petty Officer in Saudi Arabian Ship, earning handsome, looking for

bride good looking, simple marriage, and no dowry" (send Photo) Bridegroom star Aswini. Box No: 1828.

Alliance invited from Non-Bharadwaja Brahacharanam bride below 29, ht. 5' 2." pleasant manners for boy 34 Star Moolam earning 2500/- in Bombay. Please send horoscope. Box No: 1830.

Guardian of Tamil Brahmin orphan boy comfortably placed in life wants to marry. Seeks information from guardian of poor orphan Brahmin girls in their thirties. Any mother-tongue, sub-sect considered. Box No: 1836.

Sourashtra graduate bride fair and goodlooking from respectable family required for Sourashtra Engineer age 31, earning 1800/- Madras based. send horoscope & Photo. Box No: 1838.

Iyer senior Executive, 54, settled North India invites alliance from suitable educated tall healthy broad minded sincere good life partner no bars. Box No: 1839.

Graduate girl preferably M.B.B.S. qualified below 27, same community for Tirunelvely Saiva Pillai, Poosam, 29—2700—168 cms. Army Captain B.Sc. Property at Bangalore. Box No: 1840.

Wanted Bank/Pub.Sec. employed bride for 29 year old boy, Haritha, Kerala Iyer, very reputed firm employed in Delhi drwing above 2000/- p.m. Dowry no bar. Box No: 1841.

Alliance invited with Horoscope and Photo from Brahmin Vadama girls upto 24 years for a boy of 29 years. P.U.C. Barani, Kousika Gothram. Agriculturist/Businessman with four figure monthly income. Box No: 1845.

Wanted fair girl employed in the nationalised Bank/Central Government aged around 24 years for handsome Hindu graduate wealthy lad employed in State Bank 26/155/2000/-. Intercaste parentage. Horoscope, Photo casteless outlook essential. Box No: 1851.

Alliance for Hindu/Vellala Groom, graduate, Central Government employed, earning Rs. 1,500/- (Slightly limping-not perceptible) from employed/unemployed girls (employed widows without issue also considered)—Reply to: Ramachandran, 33, YMCA Hostel, Madurai-625 001. (caste no bar).

மணமகன்

மாநில அரசில் சிற்றெழுத்தராக வேலை பார்க்கும் ரூபாய் மூன்று லட்சத்திற்கு மேல் சொத்து உள்ள, தாரம் இழந்த, குழந்தையற்ற, 37 வயது, உயரம் 180 செ.மீ. இந்து சேனையர் குலம் முதலியார் மாப்பிள்ளைக்குப் பெண் தேவை. பெண் மாநில, மத்திய மற்றும் வங்கியில் வேலை பார்ப்பின் நலம். சாதி, மத, பேதம் இல்லை. விதவை, ஊனமுற்றோரும், இயற்கையில் கால கட்டத்தால் குழந்தையுடன் விதவையானவர்களும் முழு விபரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். முகவரி: எஸ். பரமசிவன், 15–B, முருகப் பெருமாள் தெரு, பாளையங்கோட்டை, திருநெல்வேலி–627 002.

குடும்பப்பாங்கான அழகிய பத்து வரை படித்த ஐயர் பெண்ணிற்கு (மாங்குடி பிரஹசரணம், ஹரிதம், திருவோணம், வயது 27, ஐந்து அடி) நிரந்தர நல்ல வேலையிலோ, நல்ல நிலையான வருமானமுள்ள வியாபாரத்திலோ இருக்கும் நல்ல குணங்கள் பொருந்திய மணமகன் தேவை. பிராமணர் குலத்தில் எந்த உட்பிரிவானாலும் ஆட்சேபணையில்லை. பெட்டி எண்: 1853.

வடமாள், நைத்ருவ காசியப கோத்திரம், 26 வயது; சிவந்த நிறம், உயரம் 5' 4'' நட்சத்திரம் மகம். பி.ஏ.எம்.&எஸ்., ஆயுர்வேத டாக்டராகப் பணிபுரியும் பெண்ணிற்குத் தகுந்த மணமகன் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். எத்துறையில் பணிபுரிபவராக இருந்தாலும் சம்மதம். பெட்டி எண்: 1854.

சைவ வெள்ளாளப் பிள்ளை நடுத்தர வகுப்புக் குடும்பத்தைச் சேர்ந்த 23 வயது, 5 அடி உயரம், மாநிறம், அழகு, குடும்பப்பாங்கு, பண்புள்ள எஸ்.எஸ்.எல்.சி. பாஸ் செய்து டி.என்.பி.எஸ்.சி. எழுதிய பெண்ணுக்கு, அதே இனம் வகுப்பைச் சேர்ந்த 29 வயதுக்குள் சம உயரமும், படிப்பும், நிரந்தர வேலையுமுள்ள மணமகன் தேவை. வரதட்சிணை இல்லை. நகையோ, பணமோ எதிர்பார்க்கக் கூடாது. ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 1855.

24 மனை தெலுங்கு செட்டியார்–வம்மையர் குலம் –22 வயது– பி.யூ.சி. வரை படித்துள்ள பெண்ணுக்கு அரசாங்க நல்ல கம்பெனியில் உத்தியோகத்தில் உள்ள மாப்பிள்ளை தேவை. ஜாதகம் மற்றும் விபரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 1860.

மத்திய அரசில் பணிபுரியும் ரேவதி நக்ஷத்திரம், நல்ல personality, இளமையான தோற்றம் 160செ.மீ. ஹரித கோத்திரம் பெண்ணிற்குச் சென்னையில் பணிபுரியும் அல்லது சென்னைக்கு மாற்றல் வாங்கக் கூடிய, திருமணமே ஆகாத அல்லது திருமணமாகி மனைவி, குழந்தைகளில்லாத 45–49 வயதிற்குள் ஐயங்கார் வரன் தேவை. பெட்டி எண்: 1863.

பரந்த மனப்பான்மையும், தெய்வ நம்பிக்கையும் கொண்ட குடும்பத்திலிருந்து நல்ல உத்தியோகத்திலுள்ள மணமகன் தேவை. ஆத்ரேய கோத்திரம், வடகலை அய்யங்கார், வயது 27, 5 அடி உயரம், நல்ல நிறம், அழகு, அடக்கம், வீட்டு வேலைகளில் தேர்ச்சி பெற்ற, பி.ஏ. படித்துள்ள பெண்ணுக்கு ஒரு காது மந்தமாக இருப்பினும் கருவியின்றிச் செயல்படுகிறாள். உட்பிரிவுகள் சம்மதம். பெட்டி எண்: 1864.

தெலுங்கு பிராமண கர்ணகம்மலு பிரிவைச் சேர்ந்த, விஷ்ணு வர்த்தன கோத்திரத்தைச் சேர்ந்த, 30 வயது பெண்ணுக்கு, (சதயம் நட்சத்திரம், 5 அடி உயரம்) நிரந்தர வேலையில் உள்ள கௌரவமான குடும்பத்தில் உள்ள வரன் தேவை. பெட்டி எண்: 1865.

வடமாள், கௌசிக கோத்திரம், ஆயில்யம், 2—ம் பாதம், பி.காம்., வயது 23, உயரம் 155 செ.மீ. நல்ல நிறம், கமர்ஷியல் ட்ரெய்னி பெண்ணிற்கு நல்ல குடும்பம், படிப்பு, வேலை, பர்ஸனாலிடி உள்ள மணமகன் தேவை. கேரள பையன்கள் தேவலாம். ஜாதகம், குடும்ப விபரங்களுடன் எழுதவும். பெட்டி எண்: 1866.

நதிச கோத்திரம், 5' 2'' உயரமுள்ள, 30 வயதான, பி.யூ.ஸி. படித்துள்ள மாநிறமான குடும்பப் பாங்கான சௌராஷ்டிரகுலப் பெண்ணிற்கு அதே குலத்தைச் சேர்ந்த படித்து வேலையில் இருக்கும் அல்லது நன்கு படித்துச் சொந்தத் தொழில் செய்யும் நல்ல மணமகன் தேவை. மனப்பொருத்தமும் சம்மதம். பெட்டி எண்: 1867.

தென்கலை, பாரத்வாசம், விசாகம்—4—ம் பாதம் செவ்வாய் தோஷமுள்ள, உயரம் 5 அடி, 1 அங்குலமுள்ள, மாநிறம், படித்த வேலையிலுள்ள 30 வயது குடும்பப்பாங்கான நடுத்தர வர்க்கக் குடும்பப் பெண்ணிற்கு, நல்ல, உத்தியோகத்திலுள்ள மணமகன் தேவை. வடகலை பாதகமில்லை. ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 1868.

வடகலை, கௌசிகம், கேட்டை, 26, 5', பி.யூ.ஸி., டைப் ஹையர் (ஆங்கிலம், தமிழ்) ஷார்ட் ஹாண்ட் லோயர் (ஆங்கிலம்) டெலக்ஸ், டெலிபோன் பயிற்சி முடித்து; கோவையில் மாற்றல் இல்லாத தனியார் கம்பெனியில், ரூ. 450/— வசதி குறைந்த பெண்ணிற்கு மணமகன் தேவை. உட்பிரிவு ஆட்சேபணை இல்லை. பெட்டி எண்: 1869.

வன்னியகுல க்ஷத்திரியர் வயது 21, படிப்பு பி.ஏ. (Eng.) உயரம் 5' 6'' வசதியான குடும்பத்தைச் சேர்ந்த பெண்ணுக்கு, உயர்ந்த உத்தியோகத்திலுள்ள, கௌரவமான குடும்பத்தைச் சேர்ந்த மணமகன் தேவை. ஜாதகம் மற்றும் குடும்ப விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 1870.

வட ஆற்காடு துளுவ வேளாள (அகமுடைய) முதலியார் வகுப்பைச் சேர்ந்த மணமாகி, விவாகரத்துப் பெற்ற 29 வயது மணமகளுக்கு இதே வகுப்பைச் சேர்ந்த நல்ல வசதியான குடும்பத்தில் மணமகன் தேவை. நல்ல வசதியாகச் செய்து தரப்படும். பெற்றோர் அனுமதியுடன் ஜாதகம் போட்டோவுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 1873.

திருநெல்வேலி சைவ வேளாளர் வகுப்பைச் சேர்ந்த 28 முதல் 30 வயது வரை உள்ள டாக்டர், என்ஜினியர், ப்ராங்க் அதிகாரி, சார்ட்டர்ட் அக்கௌண்டண்ட் மணமகன் தேவை. பெண் எம்.ஏ. வரை படித்திருக்கிறாள். ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்க. பெட்டி எண்: 1874.

பலிஜா நாயுடு, வயது 25, அவிட்ட நட்சத்திரம், நல்ல நிறம், பி.யூ.ஸி., வீட்டு வேலைகளில் தேர்ச்சி பெற்ற குடும்பப்பாங்கான பெண்ணுக்கு நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த மணமகன் தேவை. விபரங்களுடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 1875.

ஸ்ரீவத்ச கோத்திரம், வடமாள், ஐயர், கிருத்திகை நக்ஷத்திரம், வயது 25, பி.யூ.ஸி. பாஸ், உயரம் 5' 5'' அழகுள்ள பெண்ணுக்குப் பட்டதாரியான 31 வயதிற்குள்ளான மணமகன் தேவை. பிரஹசரணம் ஏற்றுக் கொள்ளப்படும். ஜாதகத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 1876.

கன்னட மாத்வர், ஸ்ரீவத்ச கோத்திரம், 30 வயது, கேட்டை, 5' உயரமும், அழகும், அடக்கமும் உள்ள பெண்ணிற்கு அதே இனத்தில் படித்த அரசாங்க அல்லது தனியார் அலுவலகத்தில் பணிபுரியும் மணமகன் தேவை. குடும்ப வேலைகள் நன்கு தெரியும். ஜாதகம் மற்றும் விவரங்களுடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்: 1878.

பிரஹசரணம், காசியப கோத்திரம், பாலக்காடு அய்யர், சதயம் நட்சத்திரம், நல்ல செவ்வாய் தோஷமுள்ள எஸ்.எஸ்.எல்.ஸி. 34 வயது குடும்ப வேலையில் தேர்ச்சியுள்ள மாநிறமான பெண்ணிற்கு நல்ல குணமுள்ள வரன் தேவை. பெட்டி எண்: 1881.

கௌண்டின்ய கோத்திரம், பிரஹசரணம் ஐயர் வகுப்பைச் சேர்ந்த எம்.எஸ்ஸி. பட்டதாரி மாற்றல் இல்லாத வேலை சம்பளம் ரூ. 2000/— சென்ட்ரல் சர்வீஸ் நல்ல நிறமுள்ள, 31 வயது பெண்ணுக்கு பெங்களூரிலோ, பெங்களூருக்கு மாற்றல் உள்ள வேலையிலுள்ள 34.37 வயது பட்டதாரி மணமகன் தேவை. Subsect no bar. பெட்டி எண்: 1883.

திருநெல்வேலி சைவ வேளாளர் இனத்தைச் சேர்ந்த, சென்னையில் அரசுடைமை வங்கியில் பணிபுரியும், 24 வயதும், 5' 3'' உயரமுள்ள பட்டதாரிப் பெண்ணுக்கு மணமகன் தேவை. அதே இனத்தைச் சேர்ந்த தகுதியானவர்கள் முழு விபரங்களுடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண்: 1884.

சோழிய வேளாளர் பிள்ளை வகுப்பைச் சேர்ந்த 26 வயது எம்.பி.பி.எஸ். பட்டம் பெற்று பாண்டிச்சேரி மாநிலத்தில் அரசாங்க மருத்துவமனையில் டாக்டராக வேலை பார்க்கும் பெண்ணுக்கு (செவ்வாய் தோஷம்) பொருத்தமான மணமகன் தேவை. தொடர்பு கொள்ள வேண்டிய முகவரி: 12, செல்வராசன், 30, பிரெஞ்சு ஆசிரியர் வீதி, காரைக்கால்—609 602.

அய்யர், பிரஹசரணம், ஆத்ரேய கோத்திரம், அஸ்வினி நட்சத்திரம் செவ்வாய் தோஷமுள்ள 33 வயதுள்ள பட்டதாரி, மத்திய அரசு வேலை பார்க்கும் பெண்ணிற்கு அரசாங்கம் அல்லது உயர்தர கம்பெனி, பாங்க் இவைகளில் வேலை பார்க்கும் மணமகன் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். ஜாதகம் மற்றும் விவரங்கள் தெரிவிக்கவும். பெட்டி எண்: 1890.

அரசினர் உயர்நிலைப்பள்ளியில் பட்டதாரி ஆசிரியையாகப் பணியாற்றும் (கௌசிக கோத்திரம் வடமாள், பூசம் நட்சத்திரம்) 33 வயதும் பெண்ணுக்குத் தகுதியான வரன் தேவை. ஜாதகத்துடன் தொடர்பு கொள்ளவும். பெட்டி எண்:1857.

கார்கிய கோத்திரம், ஹஸ்தம், 31 வயது, எஸ்.எஸ்.எல். ஸி., டைப்ரைட்டிங் ஹையர் பாஸ் செய்து தனியார் நிறுவனம் ஒன்றில் ரூ. 525, சம்பாதிக்கும் பெண்ணிற்கும் பொருத்தமான மணமகன் தேவை. பெட்டி எண்: 1889.

For Keralite Vadoma Iyer girl, Kousika Gothram,

23/165, MBA, dosha-jathakam, employed in Madras wanted well placed groom, any sect, around 30, anywhere India, atleast Ist Class graduate. Keralites prefered. Box No: 1852.

Wanted "Sourashtra Bridegroom" employed in Department of Atomic Energy/State Bank of India/ Canara Bank for well educated, smart, domestically trained, aged 23, drawing four figure salary in Department of Atomic Energy — contact Box No: 1856.

Alliance invited from well employed Non-Kasyapa respectful family Brahmin boys upto 42. Preferably from Bombay for Kerala Ashtasahasram Matriculate girl 37 employed in a Nationalised Bank (Bombay) Punarpoosam—5' 4" Sub-sect no bar. Horoscope optional, reply with horoscope and details Box No: 1858.

Alliance invited for Iyengar girl aged 31 years, Star Revathi Thenkalai, Bharadwaja Gothram, Passed, P.U.C., Typewriting English and Tamil Higher, Typewriting Tamil T.T.C. Higher, reply with family background to Box No. 1859.

Alliance invited from Saiva Pillai boys, Bank or Central/State govt. employed preferably from Nellai, Kanyakumari, Trivandrum districts, for a Central govt. employed (Trivandram) girl aged 23 years, drawing around Rs. 1000 p.m. Box No: 1861.

Alliance for unemployed B.A. Iyengar girl Vadakalai 29, 5' 4" Star Sadhayam Bharadwaja Gothram medium complexion decent marriage. Sub-sect no bar. Box No: 1862.

Suitable decent highly educated well settled alliance invited for Bharadwaja Ashtasahasram smart accomplished Iyer girl, 28 years, Double M.A., Studying Phd. employed abroad, can play Veena. Joining Indian University as Professor shortly. Subsects no bar. Box No: 1871.

Match for Vadama Kousika Revathi girl respectable family 35 Wheatish, 163 cms. Wears Spects Permanent English Lecturer Delhi willing settle anywhere, Immediate marriage. Sub-sects acceptable. Full particulars first instance. Box No: 1872.

Wanted a suitable match for good looking Srivatsa Gothram Vadama girl, 26, Qualified Chartered Accountant working in a Nationalised Bank. Star Thiruvathirai, decent marriage, reply with horoscope. Box No: 1877.

Alliance invited from employed bridegroom between 35 to 40 for Catholic Post-Graduate goodlooking City employed girl earning Rs. 1200/- p.m. Teachers preferred, caste, Religion, no bar. Box No: 1879.

Alliance sought for Koundinya Vadama girl—20 years—Mirugashershum 3rd Padham—medium height and fair, mildly affected by polio mylities but capable of all domestic chores—decent marriage. Box No: 1880.

Well qualified boys (36—38) for beautiful Palghat Koundinya Iyer girl age 31, Star Chithrai, height 5' 4" S.S.L.C. Decent immediate marriage. Box No: 1882.

Alliance invited from broadminded, decently employed Iyengar groom for Thenkalai Iyengar, Nithreya Kasyaba Gothram Girl, Swathi Star, 26, S.S.L.C. employed. Elder Sister Intercaste marriage. Simple marriage. Box No. 1885.

Vadakalai non-Koundinya Bank Officers, Engineers for fair Graduate girl Thirty, Sadhayam, Nationalised Bank, decent marriage. Reply S. Ramaswamy, 20/9, Melur Road, Srirangam, Trichy—620 006.

மணமகன் மணமகள்

கேரள இந்து நாயர் இனத்தைச் சேர்ந்த அரசு பணியிலிருக்கும் அண்ணன் தங்கை முறையே 27 வயது, 25 வயது ஆகிய இருவருக்கும் மேற்கண்ட இனத்தில் மணமக்கள் தேவை. அரசு பணி விரும்பத் தக்கது. பெட்டி எண்: 1886.

பிரஹசரணம், சங்கிருதி கோத்திரம், வேலையில்லாத எம். எஸ். ஸி. வரை படித்த நன்கு வீட்டு வேலையில் தேர்ச்சி பெற்ற பெண்ணுக்கு (1—6—1953) மணமகனும், சகோதரன் (11—4—1956) பி. காம். பட்டதாரி, சென்னை இரயில்வேயில் (ஐ. சி. எஃப்.) ரூ. 1100— வரை சம்பளம் பெறுபவருக்கு மணமகளும் தேவை. பெண் கொடுத்துப் பெண் வாங்குவோர் மட்டும் அணுகவும். பெட்டி எண்: 1887.

Edited, Printed and Published by V. Murali on behalf of Messrs Bharathan Publications Private Limited, at the Bharathan Press, Race Course Road, Guindy, Madras-600 032. (Phone: 431543)
Assistant Editor: Manjula Ramesh.




அக்ஷயா.
அலுமினியம் அடிப்பாகம் கொண்ட
ஒரே எவர்சில்வர் சமையல் பாத்திரங்கள்.
akshaya
பிரமிப்பூட்டும் நவீன சமையல் சாதனம்.
சமைக்கவும்... பரிமாறவும்.
ஓரியண்டல் அப்ளையன்ஸஸ் பிரைவேட் லிட்.
8, விக்டோரியா கிரெஸண்ட், சென்னை 600 105
Sista's-OA 230.84 TM A R



உங்கள் இல்லத்தின் உணவுக்கூடம் கலகலப்பான இடம். குடும்பத்தினர் கருத்துக்களைப் பரிமாறிக்கொள்ள உகந்த இடம். ஷெல்செம் பூசப்பட்ட சுவர்களின் புத்தொளியில் உரையாடுங்கள். ஷெல்செம் சிமெண்ட் பெயிண்டின் கவர்ச்சி மிக்க நீலவண்ணம் ஒளிரும் சுவர்கள்.

இயல்பானது—எழில்மிக்கது. உங்கள் உணவுக் கூடத்தைப் போலவே கலகலப்பான வண்ணச்சாயல்.

இந்தியாவிலேயே கிளிஞ்சலிலிருந்து தயாரிக்கப்படும் ஒரே வெள்ளை சிமெண்டான வெம்பநாட் தயாரிக்கும் நிறுவனம் திருவாங்கூர் சிமெண்ட்ஸ் லிமிடெட் மட்டுமே.

ஷெல்செம்மின் விசேஷ கிளிஞ்சல் அம்சம் ஈரத்தால் பாதிக்கப் படாத மென்மையான வண்ணப்பூச்சை அளிக்கிறது.



ஷெல்செம்
சிமெண்ட் பெயிண்ட்

என்றும் நிலைத்திருக்கும்
எழிற் சுவர்கள்

தயாரிப்பாளர்கள் :
தி திருவாங்கூர்
சிமெண்ட்ஸ் லிட்.
கோட்டயம், கேரளா.

AISWARYA TCL 101

REGISTERED No. TN MS (S) 231
Registered as a Newspaper in Sri Lanka





அமிர்தாஞ்சன்
அறியும்
உடல்வலி
மற்றும்
சுளுக்கின்
கடுமையை

எளிதாகப் பூசிட ஏற்ற மிருதுவான
அடிப்படைப்பொருள் கொண்டது.

புத்தம் புதிய, காரக்கிளுவான
உள் அமைப்பு மருந்தின்
சக்தியைப் பாதுகாக்கிறது.





1984 ஒலிம்பிக் போட்டி
இந்திய விளையாட்டு
வீரர்களுக்கு பெய்ன்-பாம்
சப்ளை செய்ய அங்கீகாரம்
பெற்றவர்கள்.

அமிர்தாஞ்சன்

துரித நிவாரணம் உறுதியுடன் அளிப்பது.
தீய பின்விளைவுகள் இல்லாதது.